



Granskning av drycker med hälsoprofil - påståenden och hälsomärkning

Josefin Littmarck



Examensarbete

Institutionen för Livsmedelsvetenskap

Publikation nr 313

Swedish University of Agricultural Sciences
Department of Food Science

Uppsala 2011

Universitet

Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), institutionen för livsmedelsvetenskap

Självständigt arbete i livsmedelsvetenskap, 30 högskolepoäng

Författare

Josefin Littmarck

Titel

Granskning av drycker med hälsoprofil- påståenden och hälsomärkning

Engelsk titel

Examination of beverages with a healthy profile - health claims and labeling

Nyckelord

Näringspåstående, hälsopåstående, märkning, hälsoprofil, dryck

Key words

Drink, nutrition claim, health claim, regulation, labeling, market

Handledare

Kristine Koch, SLU och Louise Ungerth, KfS

Examinator

Lena Dimberg, Institutionen för livsmedelsvetenskap, Sveriges lantbruksuniversitet

Kurstitel:

Självständigt arbete i livsmedelsvetenskap

Kurskod

EX0427

Omfattning

30 hp

Nivå och fördjupning

Avancerad D

Utgivningsort

Uppsala

Utgivningsår

2011

Elektronisk publicering:

<http://stud.epsilon.slu.se>

Förord

Ett stort tack till Konsumentföreningen Stockholm för att jag fick möjligheten att få göra detta examensarbete för er. Jag vill också tacka mina handledare Louise Ungerth på Konsumentföreningen Stockholm och Kristine Koch på SLU för givande diskussioner och bidrag av värdefulla källor till information till mitt arbete. Därtill vill jag också tacka Susanne Bryngelsson på Swedish Nutrition Foundation och Anita Laser Reuterswärd på Livsmedelsverket som tog sig tid att svara på mina frågor. Även Peter Bodor med kollegor på Coca Cola och Christian Ehrhardt med kollegor på Vitamin Well tackas för sina bidrag med intressant information via intervjufrågor.

Abstract

The aim of this study was to survey the labelling of drinks with pronounced health benefits found on the Swedish market today and to evaluate whether they are in accordance to EU and national regulations or not. Especially the nutrition and health claims were looked into. This study shows that there are several drinks with claimed health effects being sold today. The process of approaching full functioning regulations in the EU on nutrition and health claims is proceeding slowly. A snapshot of today's market of drinks with pronounced health effects shows that there are multiple cases of misleading statements and interfering labelling on the products. Often it concerns nutritional labelling or health claims. In this study a total of 60 health claims were found on the products. The health claims were made on 10 different vitamins, seven different minerals, five other substances, dietary fibre (one claim) and lactic acid bacteria (three claims). One health claim had reached a final decision from the European Commission and is no longer allowed. For 44 health claims found in this study similar claims were found in EFSA's (European Food Safety Authority) Register of questions database and the evaluations of these were used to estimate the outcome for those claims found in the study. The estimation reveals that 38 health claims might be approved though 13 of these might be considered to be misleading since the EU population does not have an inadequate intake of the subject of the claim. Six of the health claims might not be permitted to use. The 15 remaining health claims were not possible to estimate, as EFSA had not evaluated health claims similar to these yet. The nutrition claims found on the investigated products in most cases were in accordance to regulations, however a few need to be clarified. A considerable amount of unclear expressions were found and many ingredients were pointed out in the labelling and many of them need to be clarified or explained as well. When the harmonized EU regulation on the use of nutrition and health claims is of full coverage it will surely be easier for companies to label their products in a truthful and lawful way compared to today.

Keywords: drink, nutrition claim, health claim, regulation, labelling, market

Sammanfattning

Syftet med detta examensarbete var att granska drycker med hälsoprofil som finns på den svenska marknaden idag samt att studera de näringspåståenden, hälsopåståenden och övrig hälsomärkning som påträffades. På dryckesmarknaden finns många drycker med hälsoprofil och hälsomärkning samt närings- och hälsopåståenden är vanliga. Processen för EFSA (European Food Safety Authority) och EU-kommissionen att arbeta fram fullständiga regler för märkning av livsmedel med närings- och hälsopåståenden går långsamt. En ögonblicksbild av den märkning av drycker med hälsoprofil som finns idag visar att det finns en hel del vilseledande hälsomärkning eller märkning som inte är förenlig med gällande föreskrifter och förordningar. Totalt hittades 60 olika hälsopåståenden på de drycker som granskades. Hälsopåståendena gjordes för totalt 10 olika vitaminer, sju olika mineraler, fem andra ämnen, kostfibrer (ett påstående) och bakteriekulturer (tre påståenden). Ett av hälsopåståendena som påträffades i studien har genomgått hela beslutsprocessen, fått ett icke godkännande och får således inte användas längre. För 44 hälsopåståenden i studien hade liknande påståenden utvärderats av EFSA och utlåtandena för dessa användes som grund för bedömning av de granskade hälsopåståendena i denna rapport. Uppskattningsvis kan 38 av de 44 hälsopåståendena komma att få användas men 13 av dem skulle kunna anses vilseledande att använda då befolkningen i EU inte har ett bristfälligt intag av de näringsämnen hälsopåståendena avser. Sex av de påträffade hälsopåståendena kan komma att bli otillåtna. De resterande 15 hälsopåståenden i studien går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat dem eller liknande påståenden än. Näringspåståendena på produkterna i studien följde i det stora hela reglerna men vissa kan behöva förtydligas. Många framhävda ingredienser och uttryck påträffades i granskningen av märkningen och i många fall bör dessa också förtydligas. När de gemensamma EU-reglerna för närings- och hälsopåståenden träder i kraft fullt ut kommer det troligtvis bli lättare för företag jämfört med idag att märka sina produkter på rätt sätt. Samtidigt blir det lättare för kontrollmyndigheter att se till att reglerna följs när de svart på vitt kan peka ut avvikande märkning.

Nyckelord: Näringspåstående, hälsopåstående, märkning, hälsoprofil, dryck

Innehållsförteckning

1. INTRODUKTION	5
1.2 BAKGRUND	5
2. MATERIAL OCH METOD	6
3. LITTERATURSTUDIE	7
3.1 MÄRKNING OCH REGLER	7
3.1.1 Innehåller inte	7
3.1.2 Bilder i märkningen	7
3.1.3 Mängddeklaration	8
3.1.4 Portionsstorlek	8
3.1.5 Vitaminer och mineraler	8
3.1.6 Naturlig	8
3.1.7 Aromer som smagivare	8
3.1.8 GDA-märkning	8
3.2 NÄRINGSREKOMMENDATIONER FÖR SOCKERINTAG	10
3.3 NÄRINGS- OCH HÄLSOPÅSTÅENDEN	11
3.3.1 Historik	11
3.3.2 Aktuella regelverk	11
3.3.3 Branschstöd för näringspåståenden och hälsopåståenden	12
3.3.4 Definitioner ur Förordning (EG) nr 1924/2006	12
3.3.5 Användning av närings- och hälsopåståenden	13
3.3.6 Övergångsperiod	13
3.3.7 Märkesnamn, företagsnamn och produktnamn	13
3.3.8 Mängddeklaration vid närings- och hälsopåståenden	14
3.3.9 Krav på betydande mängd	14
3.3.10 Näringsprofiler	14
3.3.11 Näringspåståenden	14
3.3.12 Hälsopåståenden	15
3.3.13 EFSA:s utlåtanden för hälsopåståenden om ämnen med tillfredsställande intag	16
4. RESULTAT OCH DISKUSSION - GRANSKNING AV MÄRKNING	18
4.1 VITAMIN- OCH MINERALBERIKADE DRYCKER	18
4.1.1 Glacéau Vitaminwater	18
4.1.2 Vitamin Well	25
4.1.3 Vitamino	29
4.1.4 Bonaqua Emotion	31
4.2 JUICE	33
4.2.1 Bravo Friscus	33
4.2.2 Juice med uttrycket superfrukt eller antioxidant	34
4.3 FRUKTDRYCK	34
4.3.1 ProViva	34
4.4 DRYCKER AVSEDDA FÖR BARN	37
4.4.1 Fruit Shoot	37
4.4.2 Bonaqua stilla vatten i tetraförpackning	38
4.5 AKTUELLA HÄLSOPÅSTÅENDEN PÅ DE UNDERSÖKTA DRYCKERNA	38
4.5.1 Vitaminer	39
4.5.2 Mineraler	43
4.5.3 Övriga ämnen	45
4.6 UTFALLET AV PÅTRÄFFADE PÅSTÅENDEN	46
4.7 SMAKGIVANDE INGREDIENSER I DRYCKERNA	47
4.8 PORTIONSSTORLEK AV UNDERSÖKTA DRYCKER	47
4.9 SOCKERINNEHÅLL I UNDERSÖKTA DRYCKER	47
4.10 YTTERLIGARE INFORMATION FRÅN FÖRETAGEN BAKOM VITAMIN- OCH MINERALBERIKADE DRYCKERNA	50
5. SAMMANFATTANDE DISKUSSION	52
6. SLUTSATS	56
REFERENSER	57
BILAGA	61

1. Introduktion

Hälsa är ett hett diskussionsämne som berör alla och många människor vill idag göra hälsomedvetna val. Det vimlar av näringspåståenden, hälsopåståenden och övrig hälsomärkning på produkter i livsmedelsbutiken idag, inte minst på drycker av olika slag.

Enligt artikeln *"Drycken del av en hälsosam livsstil"* (Wikström, 2010) växer marknaden för drycker med hälsomervärden. Både drycker vars innehåll är naturligt hälsosamma och drycker med tillsatser växer, även om de sistnämnda växer snabbast. Energidryckerna har gått tillbaka till förmån för andra drycker som exempelvis vitamindrycker, som en efter en seglat in på marknaden (Wikström 2010). På stan, på gymmet och i skolan syns dessa flaskor. Enligt artikeln *Funktionella drycker – stora möjligheter, stora svårigheter* (Fridholm, 2010) är en tydlig trend just nu funktionella drycker. Dessa drycker ska tillföra mer än att bara vara en törstsläckare. Artikeln nämner också Vitamin Well och Bravo Focus som några av trendskaparna. Vitamin Well får både positiva och negativa reaktioner på sina vitamin- och mineralberikade drycker från de kunniga inom branschen. Företaget Vitamin Well påpekar att drycken är tänkt som ett hälsosammare alternativ till läsk men att man inte på något vis försöker likna drycken vid vatten. Artikeln berör också ämnet att en ny gemensam förordning för hälsopåståenden arbetas fram av EU och att lagenlig användning av hälsopåståenden kan vara knepig (Fridholm, 2010). Kan konsumenterna lita på märkningen av dryckerna? Vad står egentligen på förpackningen? Hur ser regelverket ut för att skydda och hjälpa konsumenten i denna djungel av positivt klingande och lovande hälsobudskap?

Syftet med detta arbete är att granska drycker med hälsoprofil som finns i butik i dagsläget, med avseende på hälsomärkning och närings- och hälsopåståenden. Vidare är syftet att undersöka om märkningen av dessa produkter följer gällande föreskrifter och förordningar samt att ge en ögonblicksbild över dagsläget på marknaden.

1.2 Bakgrund

Gemensamma regler för medlemsländerna i EU gällande närings- och hälsopåståenden började gälla i och med ikraftträdelsen av Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel, i januari 2007. Än idag, december 2010, är arbetet i full gång med att till slut nå ett konkret gemenskapsregister över alla godkända näringspåståenden och alla godkända och icke-godkända hälsopåståenden. Denna övergång från nationella bestämmelser till nya på EU-nivå kan upplevas som gråzon med otydligheter om vad som egentligen gäller.

Livsmedelsverket (SLV) anser också att märkningen av livsmedel inte sällan är vilseledande exempelvis på grund av uttryck på förpackningen som lovar mer än de håller och felaktiga närings- eller hälsopåståenden (SLV 2011a).

2. Material och metod

Utbudet av drickfärdiga drycker med hälsoprofil inventerades i livsmedelsbutiker och i servicehandel. De drycker som omfattas av studien är vitamin- och mineralberikade drycker, en juice, två fruktdrycker, samt två drycker riktade till barn. Studien ägde rum mellan september och november 2010 i Uppsala.

Begränsning

Arbetet behövde begränsas för att hållas inom rimlig storlek och tidsram. Alla drycker ur kategorin vitamin- och mineralberikade drycker som påträffades inkluderades i studien med anledning av den stora mängd hälsomärkning som användes på dessa. Dessa drycker är Glacéau Vitaminwater, Vitamin Well och Vitamino. Även berikade drycker från Bonaqua Emotion inkluderades. Ur kategorin juicer valdes Bravo Friscus ut då den pekats ut som en av trendskaparna, enligt artikeln från Fridholm (2010) som tas upp i inledningen, och marknadsförs till alla (hela familjen). Ur kategorin fruktdrycker valdes två stycken ut som riktar sig till vissa grupper av människor, nämligen ProViva Active och ProViva Female. Detta för att få bredd med olika typer av drycker riktade till olika grupper. För drycker avsedda för barn inkluderades de två som påträffades: Fruit Shoot och Bonaqua stilla vatten i tetraförpackning i studien.

Segment som låg utanför avgränsningen var energidrycker, sportdrycker, smoothies, mejeriprodukter, shots med lactobaciller och kolesterolsänkande ingredienser samt buteljerat vatten.

Tillvägagångssätt

De utvalda dryckerna granskades med avseende på hälsomärkning och påståenden i märkningen. För att kunna undersöka om företagen följer lagar och regler gällande märkningen utfördes en litteraturstudie av svenska och europeiska regelverk. Även Livsmedelsverket och Swedish Nutrition Foundation (SNF) kontaktades. Sockerinnehållet i dryckerna granskades också eftersom dryckerna med sin hälsoprofil kan uppfattas som hälsosamma eller som ett hälsosammare alternativ till vissa andra drycker. Alla företagen bakom de granskade dryckerna i studien, förutom Britvic Soft Drink Ltd (Fruit Shoot) som är brittiskt, kontaktades för att få ytterligare information om produkterna, hälsomärkningen, trender på dryckesmarknaden samt för att få företagens syn på den nya gemensamma förordningen (EG) nr 1924/2006 för närings- och hälsopåståenden. Skånemejerier (Bravo Friscus) gav ofullständigt svar och Danone (ProViva) återkom inte med något svar alls, varför dessa två företag uteslöts. De tre företagen bakom de vitamin- och mineralberikade dryckerna, Coca-Cola (Glacéau Vitaminwater, Bonaqua Emotion och även barndrycken Bonaqua stilla vatten i tetraförpackning), Vitamin Well och Friggs (Vitamino) svarade i olika utsträckning på frågorna.

Exkluderade aspekter

Om vitaminer, mineraler eller andra tillsatta ämnen i drycken påverkas av att förvaras i en genomskinlig flaska i en ljus kyl/butikshylla etc. skulle vara intressant att undersöka. Men huruvida själva produkten håller vad den lovar (bortsett från om märkningen följer reglerna eller inte) ryms inte inom ramen för detta arbete. Ytterligare en aspekt väl värd att undersöka närmare men som inte heller ryms är risken för överdosering som dryckerna i studien skulle kunna innebära.

3. Litteraturstudie

3.1 Märkning och regler

Nästan all märkning av livsmedel regleras numer av EU, där alla medlemsländer deltar i arbetet; Livsmedelsverket för Sveriges del. Alla lagar och regler finns upptagna i EU:s förordningar och SLV:s föreskrifter (SLV, 2010a).

Regleringen i Sverige sker genom lagar, förordningar och föreskrifter. Lagar är övergripande och kompletteras med utförligare regler samt är beslutade av riksdagen. Förordningar är mer detaljerade och beslutas av regeringen, medan föreskrifter beslutas av myndigheter. När det gäller livsmedel är SLV den beslutande myndigheten. På EU-nivå finns förordningar, direktiv och beslut. EU-förordningar är överordnade svenska regler och de beslutas av rådet, EU-parlamentet eller EU-kommissionen. Genom direktiv uppmanas medlemsländerna att se till att deras nationella regler är förenliga med direktivets innehåll. Vanligtvis resulterar det, för Sveriges del, i att SLV tar fram nya föreskrifter. Beslut är ännu mer specifika, exempelvis gällande vem eller vilka som har tillåtelse att göra vissa saker och de brukar täckas in av SLV:s föreskrifter alternativt hänvisas till i dessa (SLV, 2010b).

I Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2004:27) om märkning och presentation av livsmedel definieras märkning enligt följande *"varje ord, närmare upplysning, varumärke, märkesnamn, illustration eller symbol som avser ett livsmedel och som finns på emballage, etikett, dokument, skylt, meddelande, halsring eller krage som är fäst på, medföljer eller hänvisar till livsmedlet"*.

Märkningen av produkter ska vara sann, tydlig, lättläst, rättvis och lätt att förstå. Den får inte på något sätt vara vilseledande, exempelvis gällande produktens innehåll och egenskaper. Påståenden på förpackningen får bara finnas för sådant som utmärker produkten jämfört med liknande produkter. Om alla liknande produkter har samma egenskap får denna egenskap alltså inte lyftas fram i ett påstående (LIVSFS 2004:27).

3.1.1 Innehåller inte

Om ett livsmedel inte har särskilda näringsändamål finns generellt sett inte någon anledning till att märka ut vad produkten inte innehåller. Denna typ av påstående får inte användas om inte liknande produkter inte heller innehåller ämnet påståendet gäller. Ett sådant påstående får inte heller göras för ämnen som inte får användas i produkten. SLV rekommenderar att "innehåller inte" och liknande märkning används med försiktighet (SLV:s vägledning till LIVSFS 2004:27, 2008).

3.1.2 Bilder i märkningen

Bilder i en produkts märkning har stor effekt och det får bara finnas avbildningar på ingående ingredienser. Avbildningen måste avspegla proportionerna av innehållet. Illustrationer av frukt får bara förekomma om frukt ingår i produkten eller om frukt inte förväntas ingå, som i exempelvis godis (SLV, 2010c; LIVSFS 2004:27).

3.1.3 Mängddeklaration

Om en ingrediens i ett livsmedel på något sätt framhävs i märkningen, exempelvis genom avvikande typsnitt eller storlek på texten, genom en avbildning eller i livsmedelsbeteckningen, måste ingrediensen mängddeklareras. Mängden kan anges i ingrediensförteckningen, näringsvärdesdeklarationen eller i samma synfält som denna beroende på vilket ämne det är. Detta gäller dock inte alla ingredienser. Exempel på undantag är om en ingrediens används i liten mängd för att ge arom eller om mängden inte påverkar konsumenternas val av produkt, till exempel om den inte särskiljer produkten från liknande livsmedel (LIVSFS 2004:27).

3.1.4 Portionsstorlek

Det finns inga regler för vad en portion är utan det är producenten själv som bestämmer vad en portion är för sin produkt (SLV, 2010d).

3.1.5 Vitaminer och mineraler

Vitaminer och mineraler som ingår i ett livsmedel och som är upptagna i näringsvärdesdeklarationen måste mängddeklareras och motsvarande andel av det rekommenderade dagliga intaget (RDI) måste anges. Det finns referensvärden för RDI avsedda att användas för märkning av produkter och de är de samma för hela EU. De är baserade på en genomsnittlig vuxens behov. Dessa referensvärden är dock inte samma som de svenska näringsrekommendationerna (SNR, 2005), vilka främst används till kostplanering och som anger ett genomsnitt för vad som behövs för kroppens funktioner. De är också specificerade för olika kön, ålder m.m. Referensvärdena för RDI för märkning uppdaterades av EU i oktober 2008. Fler RDI-värden för nya ämnen har tillkommit och en del gamla har ändrats. De gamla värdena får användas fram till sista oktober 2012 (SLV, 2010e, f; Kommissionens direktiv 2008/100/EG), se bilaga, tabell 3.

3.1.6 Naturlig

Enligt SLV:s vägledning till (LIVSFS 2004:27) (2008) gäller följande för uttrycket naturligt: *“För att ett livsmedel ska kunna betraktas som naturligt eller som en naturprodukt måste det existera i befintligt skick i naturen eller endast ha genomgått minimal behandling.”*

3.1.7 Aromer som smakgivare

Om smaken i ett livsmedel kommer från arom och konsumenten kan förvänta sig att livsmedel innehåller frukt, bär etc., bör det stå exempelvis ”med smak av x” istället för att bara skriva ut smakens namn ”x”. Annars riskerar konsumenten vilseledas och tro att livsmedlet innehåller riktig frukt (SLV:s vägledning till LIVSFS 2004:27, 2008).

3.1.8 GDA-märkning

Vissa drycker i studien har en GDA-märkning. GDA står för Guidance Daily Amount, översatt till vägledande dagligt intag. GDA-märkningen är en märkning där

mängden (kcal och gram) av energi, socker, fett, mättat fett och salt i ett livsmedel anges per portion på framsidan av förpackningen. Det är upp till producenten själv att bestämma om alla eller bara några av ovan nämnda näringsämnen ska presenteras. Även andelen i procent, av det vägledande rekommenderade dagliga intaget samt portionsstorleken anges. GDA-märkning togs fram av CIAA (Confédération des industries agro-alimentaires de l'UE/ Confederation of the food and drink industries of the EU), en organisation för den europeiska livsmedelsindustrin (Livsmedelsföretagens (Li) informationsplats för GDA, 2010a, b). GDA-märkningen började användas 2007 och används i hela EU (SLV, 2010d). Syftet med GDA-märkning är att det ska bli lättare för konsumenterna att göra medvetna hälsosamma val av livsmedel med avseende på näringsinnehållet. GDA-märkningens syfte är alltså det samma som för Nyckelhålmärkningen, som är till för att hjälpa konsumenterna att göra hälsosamma val genom att hälsosammare livsmedel får märkas med Nyckelhålet. Enligt Li kompletterar GDA-märkningen och Nyckelhålmärkningen varandra i och med att GDA-märkningen visar näringsinnehållet per portion av produkten (Li:s informationsplats för GDA, 2010b; SLV, 2011b).

Referensvärdena som används i GDA-märkningen är baserade på kostrekommendationer i ett flertal olika europeiska länder, WHO (World Health Organization) och de nordiska näringsrekommendationerna (NNR). Referensvärdena är beräknade för en genomsnittsperson, vilket är en vuxen, normalviktig kvinna med måttlig fysisk aktivitetsnivå och ett energiintag på 2000 kcal (8360 kJ) (Li:s informationsplats för GDA, 2010b, c).

Åsikterna om GDA-märkningen går isär. Livsmedelsföretagen (Li)¹ anser att de genom denna märkning ger konsumenterna ett verktyg som hjälper dem välja hälsosammare alternativ (Li:s informationsplats för GDA, 2010a). Sveriges Konsumenter² tar en klar ställning emot märkningen. De anser att GDA-märkningen är vilseledande och står i producenternas intresse, inte konsumenternas. Eftersom GDA-märkningen inte omfattar näringsämnen som vitaminer och mineraler samt att vissa enskilda näringsämnen får framhävas kan GDA-märkningen ge en felaktig bild av livsmedlet i förhållande till det totala näringsinnehållet. Detta kan leda till att ett ohälsosamt livsmedel ser hälsosammare ut än ett hälsosamt, vilket även SLV anser (SLV 2010d; Sveriges konsumenter, 2010).

Storleken på en portion av ett livsmedel är något både SLV och Sveriges Konsumenter reagerat på. För flera produkter saknas av CIAA fastställda portionsstorlekar varför storleken baseras på SLV:s rekommendationer för en bra kost. För vissa livsmedel verkar en portion anmärkningsvärt liten och om portionsstorleken är bestämd till en orimligt låg mängd kan denna märkning också bli

¹ Livsmedelsföretagen (Li) är livsmedelsföretagens intresseorganisation som beskriver verksamhetens syfte så här: *"Livsmedelsföretagen (Li) verkar för att livsmedelsföretagen i Sverige ska karaktäriseras av högt anseende och mångfald samt ha god tillväxt, lönsamhet och konkurrensförmåga"*

² Sveriges Konsumenter arbetar för att konsumenterna sätts i första hand. De beskriver sig själva så här: *"Sveriges Konsumenter bildades 1992 och har sedan dess representerat konsumenterna i olika sammanhang, både i Sverige och internationellt. Vi är en partipolitiskt obunden, ideell paraplyorganisation med närmare trettio medlemsorganisationer plus enskilda medlemmar. Vi ger ut tidningen Råd & Rön, Sveriges enda renodlade konsumenttidning sedan mer än femtio år. Till oss hör också KonsumentCentrum, som bedriver konsumentvägledning i Stockholmsområdet på uppdrag av olika stadsdelsnämnder och kommuner."*

vilseledande eftersom procentvärdena blir orimligt låga som följd. Generellt sett anser dock SLV att GDA-märkningen inte är vilseledande men att varje produkt behöver bedömas enskilt (SLV 2010d). Enligt Li är anledningen till de, i vissa fall, små portionsstorlekarna att det även tagits i beaktning hur mycket som borde konsumeras av det livsmedlet för att vara del av en balanserad och hälsosam kost. Det är just detta som Sveriges Konsumenter hävdar bidra till att vilseleda konsumenter eftersom man sällan äter så små portioner som märkningen är baserad på (SLV 2010d; Sveriges Konsumenter, 2010; Li:s informationsplats för GDA, 2010b, d).

EU ser över märkningsreglerna och en ny informationsförordning kallad Europaparlamentets och rådets förordning om livsmedelsinformation till konsumenterna, är under bearbetning och förväntas bli antagen under 2012. Förordning (EG) nr 1924/2006 bör då uppdateras så den följer den nya informationsförordningen när den blir antagen (SLV, 2011c). De nya kommande märkningsreglerna kan komma att påverka exempelvis GDA-märkningen. Syftet med den nya informationsförordningen är bland annat att uppnå en balans mellan obligatorisk och frivillig information på livsmedelsförpackningar med anledning av att den frivilliga livsmedelsinformationen vanligtvis presenteras på förpackningen på ett sådant sätt att den obligatoriska livsmedelsinformationen blir mindre tydlig (Förslag till Europaparlamentets och rådets förordning om livsmedelsinformation till konsumenterna, 2010).

Referensvärdet för GDA av socker

Referensvärdet för GDA av socker är ca 90 g för en genomsnittsperson. Det värdet gäller det totala sockerintaget, till skillnad från SNR (2005) som bara ser till mängden tillsatt socker (förklaras nedan). När GDA-referensvärdet för socker räknades fram baserades det dock på bland annat SNR:s rekommendationer för en begränsning av intaget av tillsatt socker till 10 E %, vilket är 50 g för en genomsnittlig människa, samt att socker från frukt och grönt samt mejeriprodukter lagts till (Li:s informationsplats för GDA, 2010b, e).

Li är medveten om att märkningen kan anses vilseledande exempelvis i jämförelse med SNR. Li hävdar dock att de flesta förstår skillnaden på socker och socker, alltså att de förstår att socker i exempelvis läsk är tillsatt medan socker i juice kommer från frukten. Dessutom framlyfts att det i avseende till övervikt inte spelar någon roll för kroppen om energin kommer naturligt från frukt eller från tillsatt socker i läsk (Li:s informationsplats för GDA, 2010e).

3.2 Näringsrekommendationer för sockerintag

SNR (2005) framtagna av SLV har endast rekommendationer för de tillsatta renframställda sockerarterna och inte för det totala sockerintaget (både naturligt och tillsatt socker). Vanligtvis används kJ (kilojoule) eller MJ (megajoule) för energi, men eftersom det i dagligt tal mest pratas om kalorier eller egentligen kilokalorier (kcal) (SLV, 2010g) används kcal i denna rapport. Enligt SNR bör vi begränsa intaget av rent framställda sockerarter till max 10 E %, vilket är 200 kcal eller ca 50 g socker för ett energiintag på 2000 kcal. Renframställda sockerarter är exempelvis glukos, fruktos, sackaros, glukossirap och högfuktossirap som alla tillsätts i livsmedel (se *Kort om socker* i bilagan) (SNR, 2005; SLV, 2010h).

Anledningen till SLV:s råd om en begränsning av intaget av renframställt socker är att man anser att ett högre intag av dessa sockerarter kan medföra att intaget av näringsämnen och kostfibrer blir för lågt. Risken för karies ökar också om intag av sockerrika produkter sker ofta (SNR, 2005). Sockerrika drycker kan ha en negativ effekt på vikten på grund av att de ger sämre mättnadskänsla än fasta livsmedel med samma energiinnehåll (Moorhead et al. 2006; DiMeglio & Mattes, 2000).

3.3 Närings- och hälsopåståenden

3.3.1 Historik

Sedan 1989 har livsmedel fått märkas med hälsopåståenden i Sverige. 1990 framarbetades en branschöverenskommelse för märkning och marknadsföring av hälsopåståenden, också kallat egenåtgärdsprogram, av livsmedelsbranschen för att visa sitt ansvarstagande gentemot konsumenterna. Syftet var att komplettera lagstiftningen och SLV:s arbete bland annat. Organisationerna bakom programmet var Li och Svensk Dagligvaruhandel (SDH). SNF var också delaktig, huvudsakligen som rådgivande organ. Under årens lopp reviderades egenåtgärdsprogrammet ett flertal gånger till att innefatta fler typer av hälsopåståenden och under 2004 tillades krav på näringsprofiler (se mer under *Näringsprofiler*) för livsmedel med hälsopåståenden (SNF, 2010a).

3.3.2 Aktuella regelverk

Idag regleras närings- och hälsopåståenden av Europaparlamentets och Rådets Förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel (kallad Förordningen i fortsättningen). Förordningen trädde i kraft i januari 2007 och började tillämpas i juli 2007. Eftersom allt fler livsmedel märks med närings- och hälsopåståenden behövdes gemensamma regler för medlemsländerna för att den fria handeln ska fungera rättvist med samma villkor för alla inom EU. Samtidigt skulle detta skydda konsumenterna och förenkla för dem att göra medvetna val. När förordningen trädde i kraft upphörde egenåtgärdsprogrammet att gälla i och med att de nationella bestämmelserna är underordnade Förordningen (SNF, 2010a; Förordningen (EG) nr 1924/2006).

Fram till januari 2008 fick företag lämna in förslag till hälsopåståenden tillhörande artikel 13 i förordningen (se mer under *Hälsopåståenden*). I Sverige lämnade företagen in ansökningarna till SLV. SLV sammanställde ansökningarna och skickade dem vidare till EU-kommissionen, som i sin tur lämnade över dem till Europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet (EFSA). EFSA:s uppdrag är att utvärdera den vetenskapliga grunden för de inkomna hälsopåståendena. Man tittar bland annat på om ämnet som påståendet gäller är tillräckligt karakteriserat, hälsoeffekten är tillräckligt definierad samt om studiernas resultat visar på en positiv hälsoeffekt samt om dokumentationen uppfyller vissa krav. EFSA:s utlåtanden används sedan som grund när EU-kommissionen ska fatta beslut om ett godkännande eller icke-godkännande (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008; SLV, 2010i).

Arbetet med att utvärdera ansökningarna har tagit längre tid än beräknat och många hälsopåståenden har alltså ännu inte behandlats av EFSA. Detta beror på den stora mängden inkomna ansökningar. EFSA beräknas vara klar med utvärderingen av alla ansökningar i slutet av 2011 (SLV, 2010j; Food: Commission reviews the progressive adoption of the list of permitted health claims, 2010).

Gemenskapsregister

Både de hälsopåståenden som blir godkända och de som inte blir godkända, efter ansökningsproceduren, skrivs in i ett gemenskapsregister. Även näringspåståendena tas upp i gemenskapsregistret liksom kriterierna för att få använda påståendena (EFSA, 2010a; SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006).

Gemenskapsregistret skulle enligt Förordningen vara klart januari 2010. Tanken var från början att EU-kommissionen skulle besluta om hälsopåståendena vartefter EFSA lämnat sitt utlåtande för dem och löpande skapa förordningar över dessa. Nu delas påståendena upp i två omgångar istället. Först behandlas de påståenden som avser livsmedel eller ämnen med icke-botaniskt ursprung. EFSA:s utvärderingar av dessa hälsopåståenden ska vara avslutade i juni 2011. Först efter det kan första förordningen utarbetas. Därefter behandlas påståendena för ämnen med botaniskt ursprung (SLV 2010j). De hälsopåståenden som tillhör artikel 13.1 a (se mer under *Hälsopåståenden*) får användas på företagets eget ansvar fram tills gemenskapsregistret träder i kraft (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006).

3.3.3 Branschstöd för näringspåståenden och hälsopåståenden

Den 1 december 2010 upprättades ett branschstöd för näringspåståenden och hälsopåståenden. Li och SDH står bakom detta branschstöd och SNF kommer att ha en samordnande och rådgivande roll. Syftet med branschstödet är enligt dem själva *”att skapa jämlika konkurrensförhållanden mellan företagen och för att upprätthålla ett högt förtroende hos konsumenten för livsmedel och livsmedelsbranschen”*. Det ska hjälpa företag att använda hälsopåståenden på ett korrekt och ansvarsfullt sätt enligt förordningens villkor. Samtidigt vill man främja konsumenters möjlighet till medvetna val vid livsmedelsinköp (Branschstödet, 2010a).

I pressmeddelandet *Livsmedelsbranschen tar ökat ansvar för hälsobudskap*, (2010) säger Agneta Dreber, VD för Li, att *”Det finns ett behov av att bygga ut vårt stöd till företagen eftersom lagstiftningen kring närings- och hälsopåståenden inte är helt på plats och det finns en stor otydlighet kring användningen av olika påståenden.”*

3.3.4 Definitioner ur Förordning (EG) nr 1924/2006

Förordningens definition av påstående, näringspåstående och hälsopåstående är:

”Påstående: varje budskap eller framställning som inte är obligatorisk enligt gemenskapens eller medlemsstaternas lagstiftning, inbegripet framställningar bestående av bilder, grafik eller symboler, oavsett form, och som anger, låter förstå eller antyder att ett livsmedel har särskilda egenskaper.”

”Näringspåstående: varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att ett livsmedel har särskilda gynnsamma näringsmässiga egenskaper på grund av

a) den energi (det kalorivärde) det

i) ger,

ii) ger i minskad eller ökad grad, eller

iii) inte ger, och/eller

b) de näringsämnen eller andra ämnen det

i) innehåller,

ii) innehåller i mindre eller större omfattning, eller iii) inte innehåller.”

”Hälsopåstående: varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att det finns ett samband mellan en kategori av livsmedel, ett livsmedel eller en av dess beståndsdelar och hälsa.”

3.3.5 Användning av närings- och hälsopåståenden

Enligt Förordningen får användningen av näringspåståenden och hälsopåståenden bland annat inte vara vilseledande, tvetydig eller felaktig. De får inte heller antyda eller ange att en balanserad och varierad kost inte tillgodoser behovet av näringsämnen i allmänhet. Detta gäller förstås inte de näringsämnen där en varierad kost inte kan tillgodose behoven. Ytterligare några krav för närings- och hälsopåståenden är att de måste kunna förstås av en ”genomsnittskonsument”, vara grundade på ”allmänt vedertagen vetenskaplig dokumentation” samt att ämnet som påståendet gäller måste föreligga i sådan form att kroppen kan ta upp och tillgodogöra sig det (Förordning (EG) nr 1924/2006).

3.3.6 Övergångsperiod

Efter att kommissionen fattat beslut om att ett närings- eller hälsopåstående inte får användas får produkter med märkningen ofta finnas kvar på marknaden under en tid för att företagen ska få lite tid på sig att anpassa sig till de nya reglerna. Denna period kallas övergångsperiod och dess längd varierar (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008).

3.3.7 Märkesnamn, företagsnamn och produktnamn

Om ett märkesnamn, företagsnamn, produktnamn eller liknande kan tolkas som ett närings- eller hälsopåstående måste det förklaras med ett godkänt sådant. Exempel på namn som kan tolkas som ett hälsopåstående är namn som innehåller ord som är kopplade till hälsa som ”aktiv”, ”liv”, ”hjärta” eller ”återhämtning”. En övergångsperiod finns för de namn som fanns på marknaden före den 1 januari 2005. De får användas fram till 19 januari 2022 både på befintliga liksom på nya produkter (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008).

Reglerna för närings- och hälsopåståendena gäller inte bara märkningen på själva produkten utan alla kommersiella meddelanden som reklam för och presentation av produkten i fråga (Förordning (EG) nr 1924/2006).

3.3.8 Mängddeklaration vid närings- och hälsopåståenden

De ämnen, näringsämne eller annat ämne, som närings- och hälsopåståenden görs för måste mängddeklareras. Mängden näringsämnen tas upp i näringsdeklarationen och för andra ämnen ska mängden anges i samma synfält som näringsdeklarationen (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008).

3.3.9 Krav på betydande mängd

För att få använda närings- och hälsopåståenden på ett livsmedel krävs att produkten innehåller en betydande mängd av näringsämnet/ämnet som påståendet gäller. Enligt Förordningen ska denna betydande mängd finnas i den mängd av produkten som är rimlig att konsumeras (Förordning (EG) nr 1924/2006, EFSA's register of questions database). Denna betydande mängd är 15 % av RDI för vitaminer och mineraler i 100 g, 100 ml eller i en portion (för förpackningar som bara innehåller en portion) (EU-kommissionens direktiv 2008/100/EG, 2008). För andra ämnen där denna mängd inte är bestämd gäller ”...en betydande mängd som enligt allmänt vedertagen vetenskaplig dokumentation kommer att ge den näringsmässiga eller fysiologiska effekt som påstås.” (Förordning (EG) nr 1924/2006).

3.3.10 Näringsprofiler

För att en produkt ska få märkas med ett närings- eller hälsopåstående kommer så småningom vissa krav på produktens innehåll av exempelvis fett och socker. Detta kommer att regleras med hjälp av vissa bestämda kriterier, näringsprofiler, över en högsta halt av fett, socker, salt och så vidare beroende på vad för typ av livsmedel det är. Anledningen till detta är att närings- eller hälsopåståenden som ger produkten hälsofördelar inte ska finnas på produkter med ett i övrigt sämre näringsinnehåll jämfört med generella kostrekommendationer. Enligt Förordningen skulle näringsprofilerna ha varit fastställda den 19 januari 2009, men detta är uppskjutet till framtiden (SLV, 2010k; Förordning (EG) nr 1924/2006).

3.3.11 Näringspåståenden

De näringspåståenden som får användas är endast de som finns i bilagan till Förordning (EG) nr 1924/2006, förutsatt att de uppfyller kraven i förordningen.

För denna rapport relevanta näringspåståenden

Nedan förklaras de för denna rapport relevanta näringspåståenden som är upptagna i bilagan till Förordning (EG) nr 1924/2006, godkända att användas. Ordalydelser med samma betydelse som de nedan får också användas.

Högt kostfiberinnehåll: För att få påstå att en produkt har ett högt innehåll av kostfibrer krävs att produkten innehåller minst 6 g kostfibrer per 100 g eller minst 3 g kostfibrer per 100 kcal

Proteininnehåll: För detta påstående är kravet att proteinmängden i produkten ger minst 12 % av produktens totala energivärde.

Högt proteininnehåll: Om ett livsmedel är märkt med påståendet ”högt proteininnehåll” eller liknande text med samma innebörd, krävs att proteininnehållet bidrar med minst 20 % av livsmedlets totala energivärde.

Källa till/innehåller vitaminer eller mineraler: om ett livsmedel är märkt med ett påstående att det innehåller ett visst vitamin eller mineral måste livsmedlet uppfylla kravet på ett innehåll av en betydande mängd av näringsämnet.

Högt vitamin/mineral innehåll: För detta näringspåstående krävs den dubbla betydande mängden.

Innehåll av [namn på näringsämnet eller annat ämne]: Om inga särskilda bestämmelser tas upp i förordningen om detta ämne gäller att påståendet får användas om produkten uppfyller villkoren i denna förordning.

3.3.12 Hälsopåståenden

Det finns olika typer av hälsopåståenden som i Förordningen delas upp enligt följande:

”Artikel 13

Andra hälsopåståenden än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa

- 1. Hälsopåståenden som beskriver eller hänvisar till*
 - a) ett näringsämnes eller annat ämnes betydelse för kroppens tillväxt, utveckling och funktioner, eller*
 - b) psykologiska och beteendemässiga funktioner, eller*
 - c) bantning eller viktkontroll eller nedsatt hungerkänsla eller ökad mättnadskänsla, eller en minskning av kostens energiinnehåll...*

- 5. Andra påståenden, som grundar sig på nyligen framtagen vetenskaplig dokumentation och/eller som innehåller en begäran om skydd av äganderättsligt skyddade data...*

Artikel 14

Påståenden om minskad sjukdomsrisk och påståenden om barns utveckling och hälsa”

Påståenden enligt artikel 13.5 kan bara vara sådana som beskrivs i 13.1 och skyddet av data får vara i upp till fem år. De påståenden som tillhör artikel 13.1 som också kallas för generiska hälsopåståenden, får användas av alla företag förutsatt att de uppfyller kraven i Förordningen. För påståenden gällande artikel 13.5 och artikel 14 måste företaget göra en ansökan för varje enskilt påstående för att få använda det. Dessa ansökningar får göras löpande (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008).

Om ett hälsopåstående används på ett livsmedel krävs också att producenten anger vilken mängd av produkten som krävs för denna hälsoeffekt samt att de berättar om ”*vikten av en mångsidig och balanserad kost och en hälsosam livsstil*” (Förordning (EG) nr 1924/2006).

Ospecifika hälsopåståenden och antioxidanter

En del ansökningar som inkommer till EFSA gäller påståenden med ospecifika hälsoeffekter. För dessa påståenden krävs en komplettering med ett godkänt hälsopåstående som finns upptaget i gemenskapsregistret (Förordning (EG) nr 1924/2006; SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008; EFSA's Register of questions database). Exempel på ospecifika hälsopåståenden är "stärkande", "välgörande", "ge energi", "naturligt försvar", och "hälsosam" och "balanserad matsmältning" (SLV 2010l).

Ett exempel på specifikt hälsopåstående är "för ditt hjärta", "för din vitalitet" och "antioxidant". En produkt får alltså inte märkas med "innehåller antioxidanter". Enligt SLV:s tolkning av förordningen måste den specifika antioxidanten samt vilken hälsoeffekt den har anges. För produkter märkta med "innehåller antioxidanter" tillåts ingen övergångstid. 2008 gjorde SLV bedömningen att påståendet "Innehåller antioxidanten x som bidrar till att skydda kroppens celler", där x byts ut mot namnet på antioxidanten, får användas fram tills gemenskapsregistret träder i kraft (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008).

Alla livsmedel med påstådda antioxidativa effekter, till exempel frukter, bär och grönt och svart te, som utvärderats har fått negativt utlåtande av EFSA på grund av otillräcklig vetenskaplig grund. Det saknas nämligen studier utförda på människor och effekten i kroppen är oklar. Det är möjligt att de har en positiv hälsoeffekt genom att de förhindrar oxidativ skada på DNA, proteiner och fett (SLV 2010m).

3.3.13 EFSA:s utlåtanden för hälsopåståenden om ämnen med tillfredsställande intag

Många hälsopåståenden som fått positivt utlåtande från EFSA har också detta tillägg: *"The evidence provided does not establish that inadequate intake of... leading to impaired functions of the... mentioned health relationships occurs in the general EU population."* En översättning kan lyda; "Den dokumentation som finns ger ingen grund för att ett otillräckligt intag av... som leder till försämrade funktioner i... nämnda kopplingar till hälsan förekommer hos den generella befolkningen i EU."

SNF tolkar det som att EFSA anser att påståenden med detta tillägg i utlåtandet egentligen är irrelevanta för användning eftersom befolkningen får i sig tillräckligt av dessa näringsämnen redan (SNF, 2010b). Anita Laser Reuterswärd, nutritionist SLV, tolkning av texten är att dessa hälsopåståenden inte kan användas framöver, eftersom de blir vilseledande.

Angående vilseledande närings- och hälsopåståenden säger Livsmedelsföretagens och Svensk Dagligvaruhandels Branschstöd (2010) allmänna riktlinjer och rekommendationer följande: *"Exempel på påståenden som skulle kunna uppfattas som vilseledande kan vara sådana som avser ett näringsämne eller andra substanser som den aktuella målgruppen redan har ett tillfredsställande intag av, i förhållande till den aktuella effekten som påståendet avser. Det kan därför vara lämpligt att i första hand prioritera närings- och hälsopåståenden som bidrar till att avhjälpa ett känt bristfälligt intag. Sådana påståenden kan hjälpa konsumenten att göra val som*

bidrar till en balanserad kost och på så vis bidra till en för bättrad folkhälsa, liksom till ett fortsatt högt konsumentförtroende för livsmedel och livsmedelsbranschens aktörer.”

Vad EU-kommissionen kommer att besluta gällande dessa hälsopåståenden är osäkert. EFSA:s utvärdering grundar sig på den vetenskapliga dokumentationen framförd i ansökan och tar till synes inte hänsyn till relevansen för användning (Bryngelsson, 2010). EFSA förefaller inte vara helt konsekvent med vilka påståenden som får detta tillägg. Att vissa hälsopåståenden får denna tilläggs-text men inte andra trots att de avser samma näringsämne är svårt att svara på säger Susanne Bryngelsson, SNF. Eventuellt skulle det kunna vara så att det är en gradfråga. Redan vid ett intag som ligger precis under rekommenderade intaget kanske vissa funktioner fungerar sämre medan andra inte blir påverkade förrän intaget är mycket bristfälligt. Om Susanne Bryngelsson ska försöka förutse vad som kommer att ske säger hon att EU-kommissionen troligtvis kommer att godkänna påståenden på vetenskaplig nivå utan att ta hänsyn till om intaget av ämnet i fråga är tillfredsställande eller inte. Sen är det upp till företagen att använda hälsopåståendena på ett ansvarfullt sätt som ger fortsatt förtroende från konsumenterna. Det kan således bli en bedömningsfråga. Vissa grupper av människor, exempelvis aktivt idrottande, gravida etc. kanske har ett bristfälligt intag. Riktat sig en produkt till någon grupp med lågt intag av ämnet och om företaget kan visa på att den gruppen har ett särskilt behov kan hälsopåståendet troligtvis anses tillåtet att användas. Sammanfattningsvis kan dock inget egentligen sägas om de hälsopåståenden som fått detta utlåtande idag, utan EU-kommissionens beslut bör helt enkelt inväntas (Bryngelsson, 2010). I denna studie bedöms utlåtanden från EFSA för hälsopåståenden med denna tilläggs-text som positiva men med beaktning att de kan anses irrelevanta eller vilseledande.

4. Resultat och diskussion - granskning av märkning

I denna studie har drycker med hälsoprofil granskats med avseende på huruvida påståenden och hälsomärkning är sanningsenliga och enhetliga med de regler som finns. För utförligare beskrivning av bedömningen av de granskade hälsopåståendena i studien se rubriken *Aktuella påståenden på de undersökta dryckerna*. För mängden av de framlyfta vitaminer, mineraler eller andra ämnen i märkningen se tabell 5 i bilagan.

4.1 Vitamin- och mineralberikade drycker

Tre olika märken av vitamin- och mineralberikade drycker finns på marknaden idag. Dessa är Glacéau Vitaminwater med sex olika smaker, Vitamin Well med sex olika smaker och Vitamino med tre olika smaker, se tabell 1.

Tabell 1. Översikt över de tre olika vitamin- och mineralberikade dryckerna som granskades i studien

Dryck	Glacéau Vitaminwater (Coca-Cola)	Vitamin Well	Vitamino (Friggs)
Smak	Power-c	Defence	Looks (tidigare Beauty)
	Essential	Care	Guard
	Ignite	Everyday	Vital
	Multi-v	Focus	
	Restore	Reload	
	D-fence	Antioxidant	

Nedan presenteras varje dryck och smak med en sammanfattning av bedömningen om hälsopåståendena på produkten troligtvis kommer att få användas eller inte. För utförligare beskrivning av de granskade hälsopåståendena se *Aktuella påståenden på de undersökta dryckerna*. Bedömningen baseras på de regler som presenteras under *Litteraturstudie*.

4.1.1 Glacéau Vitaminwater

Glacéau Vitaminwater är en vitamin- och mineralberikad dryck utan kolsyra, tillverkad för Coca-Cola Drycker Sverige AB. Den finns i sex olika smaker och en flaska rymmer 500 ml. Målgruppen för drycken är killar och tjejer mellan 18 och 25 år (Bodor et al, 2010). På företagets hemsida framgår att drycken är avsedd för dem som på ett välsmakande sätt vill få i sig vätska och samtidigt få i sig vitaminer och mineraler. Företaget anser också att drycken är ett bra komplement till den dagliga kosten. Enligt Coca-Colas hemsida kommer smakämnena från naturen och färgen kommer från frukt- och grönsaksextrakt. Produkten är sötad med fruktos och sackaros och smaken kommer från aromer (Coca-Cola, 2010a). På grund av att produkten är sötad upplevs namnet på drycken som vilseledande eftersom det säger att innehållet är vatten. Glacéau Vitaminwater bör istället kallas dryck eller liknande.

Hälsomärkning och påståenden

De olika smakerna är Power-C, Essential, Ignite, Multi-V, Restore och D-fence. Varje smak är berikad med olika kombinationer av vitaminer och mineraler. Namnen antyder att drycken eller ingående näringsämnen har vissa egenskaper eller ger vissa hälsoeffekter. Vissa av namnen skulle kunna anses vara underförstådda

hälsopåståenden. Texterna på flaskorna är utformade som små historier (se nedan under respektive smak) skrivna helt utan versaler och med andra språkliga brister. Otydliga påståenden om vitaminer, mineraler och övriga ingredienser är invävda i texten. Anledningen till detta kan vara att man av någon anledning, så som kostnad eller tidsåtgång, inte vill ta reda på vad man egentligen får skriva på förpackningen. Men kanske också för att man vill invänta de nya gemensamma lagarna.

Det finns mycket mer information om dryckernas innehåll och deras hälsoeffekter på företagets hemsida än på flaskan. På deras hemsida skriver de, till skillnad från på flaskan, seriösa, utförliga och tydliga hälsopåståenden för de olika smakvarianterna. Texten på flaskan och den på hemsidan tar i vissa fall upp olika hälsoeffekter.

På frågan varför de valt att ha historier på flaskan istället för informationen om hälsoeffekterna som finns på hemsidan svarar Coca-Cola (Bodor et al, 2010):
"Beträffande texterna på flaskorna är inte all text på en flaska näringsinformation utan vi har försökt skriva något kul/roligt men det verkar tyvärr som att det inte riktigt har nått fram till dej. Eftersom texterna också skriver om alver och folk som försover sej på morgonen anser vi att det är väldigt tydligt att de där texterna har som enda syfte att underhålla och inte att informera om ingredienserna, det görs på andra delar av etiketten samt hemsidan. Texterna uppskattas av konsumenterna, vi tycker de är roliga men det är ju som det är med humor - man kan inte nå alla."
"Texterna är riktade till vår huvudmålgrupp, med glimten i ögat. Vi anser att man kan vara rolig och färgglad även på en flasketikett. Näringsinformation och innehåll framgår med all önskvärd tydlighet ändå."

Även om en text enbart har till syfte att roa konsumenten måste den följa de föreskrifter och förordningar som gäller. Huruvida detta sker och att *"näringsinformation och innehåll framgår med all önskvärd tydlighet ändå"* kan med all anledning diskuteras. Se mer under respektive smak nedan.

Glacéau Vitaminwater är märkt med GDA-märkning och enligt granskningen följs de regler som gäller för GDA-märkning. Vissa anser att GDA-märkning kan vara vilseledande på grund av att den på produkten angivna portionsstorleken är för liten, vilket medför för låga värden för exempelvis fett och socker i GDA-märkningen. Portionsstorleken på Glacéau Vitaminwater är 500 ml (hela flaskan). Detta bör rimligen inte vara en för liten portion och således inte heller en källa till vilseledande information.

På samtliga smaker står följande text under ingredienslistan *"innehåller inga tillsatta konserveringsmedel"*. Detta bör vara enligt reglerna eftersom liknande produkter som Vitamin Well och Vitamino innehåller konserveringsmedel. Eftersom dryckernas smak ofta kommer från arom bör det stå *"med smak av x"* istället för att bara skriva ut smakens namn *"x"*.

Förpackningens utseende

Etiketten på flaskorna är ungefär till hälften vit och till hälften färgad och texten är svart. På en av flaskorna (Restore) är den färgade delen av etiketten så mörk att det påverkar läsbarheten. Den text som då blir svårläst är dryckens namn, halva ingrediensförteckningen och halva näringsinnehållet. Inga bilder eller illustrationer förekommer på förpackningarna.

Glacéau Vitaminwaters olika smaker

Vitaminwater Power-C

Namn: Power-c drakfrukt (c+b)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av drakfrukt.

Historien på flaskan för Power-c:

"drakar är fascinerande. ständigt på jakt efter en prinsessa att låsa in i nåt torn. och deras diet på tappra unga män verkar göra susen. du vet, drakar kan spruta eld och bita genom betong. men vad ska vi vanliga människor göra för att få lite extra bitt i vardagen? att käka unga män känns moraliskt fel. en dryck med smak av drakfrukt kanske kan va nåt? drakfrukt låter... mäktigt. du kommer visserligen inte nysa svetslågor eller tugga betong efter några klunkar. men den psykologiska effekten av att dricka nåt som innehåller c- och b-vitaminer och ordet drake ska inte underskattas."

Eftersom produkten heter Power C (c + b) och är en vitaminberikad dryck, antyder detta att produkten innehåller vitamin C och vitamin B och anses vara ett näringspåstående. I historien beskriven på flaskan står också att produkten innehåller dessa vitaminer. Produkten uppfyller också kraven angivna i Förordningen för användning av detta näringspåstående. Den innehåller alltså en betydande mängd av vitaminerna, 15 % av RDI, per portion. I 300 ml av drycken finns denna betydande mängd.

Coca-Cola gör inget direkt hälsopåstående, men de påstår att C-vitaminer och B-vitaminer har någon typ av positiv effekt. Det är synnerligen otydligt vad de egentligen menar och budskapet bör göras tydligare för konsumenten eftersom märkningen ska vara tydlig, korrekt och kunna förstås av den genomsnittliga konsumenten.

Text från Coca-Colas hemsida:

"C-vitamin: Underlättar (förbättrar) upptag av järn från födan. Främjar också skelettets hälsa. C-vitamin är ett essentiellt mikronäringsämne och bidrar till att skydda cellerna. B-vitaminer: Hjälper kroppen att utnyttja energi genom att underlätta den normala frisättningen av energi från födan. B6 behövs för att frigöra energi från kolhydratförråd i musklerna och är nödvändigt för att kroppen ska kunna använda protein. B12 är viktigt för energimetabolism. Zink är viktigt för ett friskt immunförsvar."

Påståendena på hemsidan för vitamin C bör troligtvis specificeras lite och får då troligtvis användas i framtiden. Även påståendet för vitamin B12 blir förmodligen godkänt för användning (eventuellt behöver ordalydelsen omarbetas). Enligt SNF (2010b) bör det dock framgå att en risk för lågt intag av B12 främst gäller personer som utesluter animaliska livsmedel ur kosten. Påståendena för vitamin B6 och zink kan komma att få användas med beaktning att de kan vara vilseledande (varför förklaras under EFSA:s utlåtanden för hälsopåståenden om ämnen med tillfredsställande intag).

Ingen mängddeklaration finns för drakfrukten, vilket inte håller krävs då smaken endast kommer från arom.

Vitaminwater Essential

Namn: Essential apelsin+apelsin (c+kalcium)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av apelsin.

Historien på flaskan för Essential:

"det finns två sorters morgonmänniskor. tillhör du dom 3% som studsat upp ur sängen som påtända ekorrar och dukar upp en hotellbuffé till frukost? grattis. du kan sluta läsa här. men är du som fredrik ö på vårt kontor och misshandlar snooze-knappen, skyller sena ankomster på signalfel i tunnelbanan och äter bussfrukost så har du kommit helt rätt. även snooze-vänner som du och fredrik behöver näring. varje klunk av den här drycken skickar kalcium och c-vitaminer rakt in i kroppen. ett bra komplement till vilken bussfrukost som helst. för en sån där ekorrtyp kommer du aldrig bli. tackålov."

Man påstår genom denna text att C-vitamin och kalcium är bra näring för kroppen och bra komplement till frukosten. Detta påstående borde göras mer specifikt. EFSA har givit positivt utlåtande för flera påståenden gällande både vitamin C och kalcium som troligtvis kommer att bli godkända av EU-kommissionen och som då kan användas istället.

I märkningen framgår att drycken innehåller vitamin C och kalcium. Kraven på den betydande mängden av vitaminer och mineraler uppfylls med 500 ml, d.v.s. hela flaskan.

Texten på företagets hemsida förklarar de positiva hälsoeffekterna av vitamin C och kalcium betydligt bättre än texten på flaskan.

"C-vitamin: Underlättar (förbättrar) upptag av järn från födan. C-vitamin är ett essentiellt mikronäringsämne och bidrar till att skydda cellerna. Kalcium: Essentiellt för optimal skeletthälsa."

Hälsopåståendena på hemsidan kommer förmodligen att kunna användas, men ordalydelsen behöver troligtvis ändras något.

Intressant att poängtera är att denna dryck innehåller lika mycket B-vitaminer som Power-C, på vilken det lyfts fram i texten, vilket det inte görs på vare sig förpackningen eller hemsidan för Essential.

Att ordet apelsin står tydligt på förpackningen hänvisar uppenbarligen till smaken eftersom drycken inte innehåller apelsin. Arom finns dock angivet i ingredienslistan och detta betyder att apelsinsmaken måste komma från aromer. "Med smak av apelsin" står också på flaskan under texten "apelsin + apelsin". Uttrycket "apelsin + apelsin" kan ses som vilseledande och är då dessutom onödigt. Riktig apelsin skulle mycket väl kunnat ingå i drycken varför det bör vara tydligare att det bara är smak av apelsin som menas.

Vitaminwater Ignite

Namn: Ignite tropisk citrus (b+ guarana)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av citrus.

Historien på flaskan för Ignite:

"eftermiddag på jobbet. tunga ögonlock. du leker arga leken med datorn. den vinner. igen. musklerna i nacken börjar ge upp. keyboarden kanske kan funka som huvudkudde? eller inte. hur som helst, du behöver piggas upp. nu. istället för att be bordsgrannen om en örfil kan du hålla i dig det här (effekten är ungefär den samma). några klunkar tropisk citrus med guarana, b-vitamin och koffein är betydligt bekvämare än en handflata-över-kinden-tricket. och mycket, mycket godare. släng i dig en flaska nästa gång keyboarden förvandlas till en huvudkudde. du blir en ny människa. inte ordagrant, alltså. det är ingen häxbrygd..."

Med ovanstående text påstår man att denna dryck ska göra dig piggare och mer vaken på grund av innehållet av guarana, B-vitamin och koffein.

Detta påstående skulle kunna vara ok att användas för vitamin B6 och B12. För pantotensyra (vitamin B5) kan påståendet komma att få användas med beaktning att de kan vara vilseledande. För niacin (vitamin B3) kommer det troligtvis inte bli tillåtet. Vad gäller guarana och koffein är det ännu ovisst eftersom EFSA ännu inte utvärderat påståenden för dessa.

Om dessa hälsopåståenden blir godkända av EU-kommissionen skulle texten på flaskan ha grund för sitt påstående, men texten skulle troligtvis behöva formuleras på ett tydligare och mer specifikt sätt.

Den betydande mängden B-vitaminer uppnås av 150 ml av drycken. Mängden guaranaextrakt anges dock inte. Hälsopåståendet ser ut att gälla även guarana och då krävs en mängddeklaration. Om guarana trots allt endast är tillsatt i aromgivande syfte krävs ingen mängddeklaration.

Innehållet av koffein är 14,4 mg/100ml (angivet i 72 mg/500ml). Detta kan jämföras med innehållet i kaffe ca 67 mg/100 ml (angivet 100 mg i en kopp på 150 ml) och Coca-Cola 9-15 mg/100 ml (angivet 30-50 mg i en burk på 330 ml) (SLV, 2010n). Koffeinmängden i denna vitamindryck är ungefär den samma som i Coca-Cola och en portion (500 ml) av vitamindrycken ger mindre koffein än en kopp kaffe (150 ml). Enligt SLV är det mycket liten risk att få i sig för mycket koffein via livsmedel. Det finns inga gränsvärden för koffeinhalten i livsmedel, men innehåller det mer än 150 mg per liter måste det stå på förpackningen att produkten har "hög koffeinhalt", samt vilken halt det har (SLV, 2010n). Ignite innehåller inte så mycket koffein.

Texten på Coca-Colas hemsida är betydligt mer specifik och detaljerad än den på flaskan. På hemsidan använder de också tydliga hälsopåståenden.

Text från Coca-Colas hemsida:

"B-vitaminer: Hjälper kroppen att utnyttja energi genom att underlätta den normala frisättningen av energi från födan. B6 behövs för att frigöra energi från kolhydratförråd i musklerna och är nödvändigt för att kroppen ska kunna använda protein. B12 är viktigt för energimetabolism. Naturligt koffein: Hjälper dig att känna dig mer energisk och alert."

Påståendena för vitamin B6 är blir troligtvis godkända att användas med beaktande att de kan anses vilseledande. Påståenden för vitamin B12 blir troligtvis godkänt för

användning (eventuellt behöver ordalydelsen omarbetas). Enligt SNF (2010b) bör det dock framgå att en risk för lågt intag av B12 främst gäller personer som utesluter animaliska livsmedel ur kosten. För koffein finns ett hälsopåstående liknande det på flaskan, under beaktande hos EFSA.

Vitaminwater Multi-v

Namn: Multi-v lemonad (b+zink)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av citron.

Historien på flaskan för Multi-v:

"år 2010. tittar man på gamla filmer borde vi resa i tiden, susa runt på svävande eumoppar och hängla upp robotar vid det här laget. näring får vi via ett chip i nacken som är programmerat att ge oss frukost, lunch och middag på utsatt tid. sweetness. verkligheten har inte kommit ikapp filmerna än. men. vi har iallafall bidragit med den här allt-i-ett-drycken. innehållet kan liknas vid en flytande schweizisk armekniv, fullpackad med vitaminer och zink. så okej, vi kanske inte rest tillbaka till sen kritaperiod och gullat med dinosaurier eller dejtat en robot... men kom igen, som om dom grejerna nånsin kommer inträffa."

Här finns ett påstående om att drycken är "fullpackad med vitaminer och zink". Ordet fullpackad bör ersättas med tydligare ord. Även uttrycket "allt-i-ett-dryck" som används är mycket otydligt formulerat.

Texten på Coca-Colas hemsida, "Innehåller 9 viktiga näringsämnen, från B-vitamin till zink, som din kropp behöver" är inte speciellt mycket tydligare än den på flaskan. Både hälsoeffekterna och näringsämnena behöver specificeras.

I namnet lyfts B-vitaminer fram, de bör specificera vilka B-vitaminer det gäller. Även zink framhävs i namnet och både zink och B-vitaminerna uppfyller kravet på en betydande mängd av dessa, vilket återfinns i 300 ml av drycken.

Vitaminwater Restore

Namn: Restore blandfrukt (b+kalium)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av blandade frukter.

Historien på flaskan för Restore:

"äntligen hemma efter en trestegsraket; förfest, vip-kö, efterfest. pompom! fumlar med nycklarna. tar en pizzakvart å låsa upp. radiostyrning ut i köket. öppnar kylan. bländas av det skarpa ljuset (stänger fort). somnar med skorna på framför usel sitcom. det är ingen vacker syn. vi vet, för vi har varit där. även vi har blivit väckta av en trummande orch-arme innanför pannloben... idén till den här drycken föddes precis efter en sån morgon. den är begåvad med kalium och b-vitamin. släng i dig en flaska när du känner att det behövs. innehållet förvandlar inte orch-armen till skönsjungande alver... men det dämpar iallafall de värsta trumslagen (såvida du inte hånglade upp en lajvare kvällen innan)."

Genom denna text ges information om att drycken innehåller kalium och B-vitamin samt att det är något positivt (eftersom drycken är "begåvad" med dessa vilket medför en positiv klang). Deras positiva egenskaper bör framgå av texten. Coca-Cola hävdar också att drycken med dess innehåll ska dämpa huvudvärken. För varken något av B-

vitaminerna eller kalium finns något beslut eller utlåtande för något liknande hälsopåstående. Dock finns ett påstående att kalium är nödvändigt för vatten och elektrolytbalansen hos EFSA som är under beaktning. Det är allmänt känt att huvudvärk kan bero på vätskebrist och detta avhjälpas med just vätskeintag och inte dryckens innehåll i sig.

Att säga att drycken innehåller B-vitaminer är inte tillräckligt specifikt utan det bör framgå vilken eller vilka av B-vitaminerna det gäller. För att uppnå en betydande mängd av B-vitaminer och kalium krävs nästan 375 ml av drycken.

Text från Coca-Colas hemsida

"Kalium: Bidrar till regleringen av kroppens vätskebalans, hjälper kroppen att hydreras och återhämta sig. B-vitaminer hjälper till att omvandla det vi äter till energi. B6 behövs för att frigöra energi från kolhydratförråd i musklerna och är nödvändiga för att kroppen ska kunna använda protein. B12 är viktigt för energimetabolism"

Hälsopåståendet för kalium har ej utvärderats av EFSA än. Påståendena för vitamin B6 kan komma att godkännas med beaktande att det kan anses vilseledande. Påståenden för vitamin B12 blir troligtvis godkänt för användning (eventuellt behöver ordalydelsen omarbetas) Enligt SNF (2010b) bör det dock framgå att en risk för lågt intag av B12 främst gäller personer som utesluter animaliska livsmedel ur kosten.

Vitaminwater D-fence

Namn: D-fence hallon-äpple (c+zink)

Vitaminberikad dryck utan kolsyra med smak av hallon och äpple.

Historien på flaskan för d-fence:

"plockar du ut sjukdagar för att du faktiskt är sjuk? skärp dig. sjukdagar är till för att grotta ner sig i det senaste skvallret med vännerna på upper east side och bli gitarrgud i tv-spelvärden. tricket är att hålla sig tillräckligt frisk för att själv kunna avgöra när man känner sig "sjuk". mental note: av en ren händelse råkar innehållet i den här flaskan vara berikat med c-vitamin. två snabba tips bara. ett, överdriv inte symptomen dagen innan din "sjukdag". du är inte hollywood-material. två, svara inte i mobilen när du övar gitarrsolon... i vissa kretsar anses det nämligen fult att spela sjuk när man inte är det."

Här gör man kopplingen att C-vitamin hjälper dig att hålla dig frisk. Detta påstående är troligen för ospecifikt men hälsopåståendet att vitamin C hjälper kroppens immunförsvar att fungera normalt kommer troligtvis att bli godkänt för användning.

Text från Coca-Colas hemsida

"C-vitamin: Underlättar (förbättrar) upptag av järn från födan. Främjar också skelettets hälsa. C-vitamin är ett essentiellt mikronäringsämne och bidrar till att skydda cellerna. Zink: är viktigt för ett friskt immunförsvar."

Hälsopåståendena för vitamin C kommer troligtvis att bli godkända framöver. En del påståenden kan dock behöva preciseras. Påståendet för zink kan komma att godkännas men med beaktning att det kan anses vilseledande.

Både vitamin C och zink uppfyller kraven på en betydande mängd, eftersom den finns i 300 ml av drycken.

4.1.2 Vitamin Well

Vitamin Well är vitamin- och mineralberikade drycker utan kolsyra som saluförs av företaget med samma namn. Portionsstorlek är enligt förpackningen 500 ml (hela flaskan). Vitamin Well finns i sex olika smaker med olika kombinationer av vitaminer och mineraler samt olika ört- och fruktextrakt.

Hälsomärkning och påståenden

Namnen för de olika smakerna på drycken är Defence, Care, Everyday, Focus, Reload och Antioxidant. Även för detta märke antyder namnen att drycken eller ingående näringsämnen har vissa egenskaper eller ger vissa hälsoeffekter. En del av namnen skulle kunna anses vara underförstådda hälsopåståenden.

Både på Vitamin Wells hemsida och på förpackningen är företaget noga med att poängtera följande *”Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du såklart dricka dem för den goda smakens skull.”* På hemsidan lägger de även till att konsumenten kan välja vilket som är viktigaste för honom/henne, smaken eller näringsinnehållet (Vitamin Well, 2010). Med detta säger alltså Vitamin Well att de som äter en varierad kost inte behöver dessa vitaminer och mineraler för att må bra. Men att dricka en vitamin- och mineralberikad dryck bara för att den är god känns onödigt. Susanne Bryngelsson, SNF, säger just att dricka produkter med tillsatta vitaminer och mineraler för att den smakar gott inte är en bra idé. Risken för överintag bör beaktas. Att företaget på förpackningen säger att om kosten är varierad och innehåller frukt och grönsaker kan drycken konsumeras för den goda smakens skull, tror Bryngelsson är för att rädda sitt eget skinn (Bryngelsson 2010).

Tanken bakom produkten är enligt Vitamin Well själva *”Vi ville erbjuda en dryck med mindre socker än läsk, still drinks och juicer och som dessutom innehöll ämnen som är bra för kroppen. Det har aldrig och kommer aldrig att vara en ersättning för vatten och varierad kost som vi alltid rekommenderar.”*

Flera av smakerna innehåller ett eller flera olika extrakt som exempelvis grönt te-extrakt, granatäppleextrakt, fläderbärsextrakt och druvskalsextrakt. Inga hälsopåståenden görs för dessa och de framhävs oftast inte i märkningen. Vitamin Well kontaktas för att få reda på syftet med dessa ingredienser. Svaret blir *”Här måste man skilja på lagstiftningen kring hälsopåståenden och rsp [respektive, egen kommentar] ämnens påverkan på kroppen. Vi börjar alltid med kroppen och hur olika ämnen påverkar den och går sedan på märkningsreglerna, inte tvärtom. När det gäller antioxidanter försöker vi ha med så många antioxidativa system som möjligt för att göra produkten så bra som möjligt. Detta oavsett om vi vill eller kan göra ett hälsopåstående rörande just det ämnet eller inte.”*

Förpackningens utseende

Flaskorna är ofärgade med vita etiketter. En stor del av texten, till exempel näringsvärdesdeklarationen och texten med hälsopåståenden, är skriven i silver vilket

gör den mer svårläst än om texten exempelvis varit svart. Inga bilder eller illustrationer förekommer på förpackningarna.

Vitamin Wells olika smaker

Vitamin Well Defence

Vitamin C/E, zink

Med smak av citrus/fläder

Text på flaskan för Defence:

"Försvara dig. Det skadar aldrig att ge immunförsvaret lite extra stöd. Defence innehåller bl.a. vitamin C, vitamin E och zink som bidrar till immunförsvarets funktion.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett bra tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka den för den goda smakens skull."

På denna förpackning finns ett hälsopåstående om att vitamin C, vitamin E och zink bidrar till immunförsvarets funktion. Detta påstående kommer troligtvis att kunna användas för vitamin C men inte för Vitamin E. För zink kommer det troligtvis att godkännas men med beaktning att det kan anses vilseledande.

De hävdar också att *"Det skadar aldrig att ge immunförsvaret lite extra stöd."* Påståendet är ospecifikt; exempelvis vad menas med *"...ge immunförsvaret extra stöd"*? Påståendet förklaras visserligen med ett specifikt hälsopåstående i efterföljande mening i texten (*Defence innehåller bl.a. vitamin C, vitamin E och zink som bidrar till immunförsvarets funktion*) och av den anledningen finns möjlighet att påståendet kan anses riktigt att användas. Uttrycket *"Det skadar aldrig..."* skulle dock kunna anses felaktigt eftersom ett överintag av vissa vitaminer eller mineraler skulle kunna vara skadligt. Vitamin E, som drycken innehåller, kan vid överintag ge negativa effekter på just immunförsvaret. Så höga nivåer uppnås inte genom vanlig kost men om tillskott och berikade återhämtningsdrycker exempelvis också konsumeras kan detta bli aktuellt (Abrahamsson et al. 2006). Påståendet *"Det skadar aldrig att ge immunförsvaret lite extra stöd"* bör således ses över.

Produkten uppfyller Förordningens krav på ett innehåll motsvarande minst 15 % av RDI för vitaminerna och mineralerna som hälsopåståendena avser. Den mängden finns i 250 ml av drycken.

Smaken kommer ifrån fläderbärsextrakt (50mg/100ml), fläderarom och citrusarom.

Vitamin Well Care

Vitamin B12, Biotin/folsyra.

Med smak av röd grapefrukt

Text på flaskan för Care:

"Skönhet kommer inifrån. Att skönhet kommer inifrån har du hört. Care innehåller bland annat vitaminerna B12, C, E och zink som bidrar till god ämnesomsättning i

kroppens celler samt biotin för hår och hud.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett bra tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka dem för den goda smakens skull."

Här finns två hälsopåståenden. Det första hävdar att vitaminerna B12, C, E och zink bidrar till god ämnesomsättning i kroppens celler. Detta påstående är troligtvis för ospecifikt. Det andra påståendet på förpackningen avser att biotin är bra för hår och hud kan troligen komma att få användas med beaktande att de kan anses vilseledande.

För att uppnå 15 % av RDI måste 250 ml av drycken konsumeras.

Vitamin Well Everyday

Vitamin B/C/E, Folsyra/magnesium.

Med smak av grönt äpple.

Text på flaskan för Everyday:

"Ett bra dagligt tillskott. Everyday innehåller vitaminerna B3, B5, B12, C, E, folsyra och biotin samt magnesium och zink, som alla bidrar till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett bra tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka den för den goda smakens skull."

På denna förpackning sammanförs flera vitaminer och mineraler (vitaminerna B3, B5, B12, C, E, folsyra, biotin samt magnesium och zink) till ett hälsopåstående om att de bidrar till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning. Detta påstående blir ospecifikt och bör ersättas av mer specifika påståenden för de olika vitaminerna och mineralerna.

Kravet på en betydande mängd för dessa vitaminer och mineraler uppfylls. Denna mängd finns i 250 ml av drycken.

Vitamin Well Focus

Vitamin B/C, L-theanin/koffein.

Med smak av svarta vinbär.

Text på flaskan för Focus:

"För skärpa. Ibland behöver du den där extra skärpan. Koffeinet i Focus förstärker kortvarigt din mentala vakenhet och det naturliga L-theaninet från grönt te är stressdämpande. En bra dryck på jobbet, golfbanan och livet i stort.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka dem för den goda smakens skull."

Här finns ett påstående om att koffein kortvarigt förstärker din mentala vakenhet. Det påstås även att L-theanin i grönt te är stressdämpande. Om dessa påståenden kommer få användas finns inte något utlåtande om ännu.

I märkningen framhävs att produkten innehåller vitamin C och B-vitaminer. Dessa mängddeklareras också som sig bör. Kravet på den betydande mängden uppfylls av 250 ml av drycken.

L-theanin och koffein är framlyfta i märkningen och de mängddeklareras också enligt märkesföreskrifterna. Innehållet av grönt te-extrakt är 58mg/100ml varav L-theanin 20 mg/100ml och koffein 14,8mg/100ml.

Vitamin Well Reload

Vitamin C/D, Magnesium/zink.

Med smak av citron/lime

Text på flaskan för Reload:

"Ladda om. Inte sett solen idag, lång dag på jobbet eller tränat hårt? Med reload får du i dig D-vitamin som bildas naturligt i huden när du är i solen. Du laddar även om med bland annat magnesium, zink, vitamin C och E.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett bra tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka den för den goda smakens skull."

Näringspåstående om att drycken innehåller D-vitamin. Det påstås också att "du laddar om" med magnesium, zink, vitamin C och E. Detta är ett mycket otydligt påstående som troligen bör specificeras avsevärt. Det finns ett flertal påståenden för dessa mineraler och vitaminer som fått positivt utlåtande från EFSA och som troligtvis kommer att bli godkända att användas framöver.

Kravet på en betydande mängd av ovan nämnda vitaminer och mineraler uppfylls av denna produkt (250 ml).

Vitamin Well Antioxidant

Vitamin C/E, selen/mangan.

persika

Text på flaskan för Antioxidant:

"Skydda kroppens celler. Vitamin Well antioxidant innehåller bland annat antioxidanterna vitamin C och vitamin E samt mineralerna selen, mangan, koppar och zink som alla bidrar till att skydda kroppens celler från oxidativ skada.

Vitamin Wells vitamindrycker ger ett bra tillskott av vitaminer och mineraler. Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du dricka den för den goda smakens skull."

På denna dryck finns ett hälsopåstående om att två vitaminer och flera mineraler (vitamin C och vitamin E samt selen, mangan, koppar och zink) bidrar till att skydda kroppens celler. För vitamin C och vitamin E kommer troligen påståendet att kunna användas framöver. Det kommer troligtvis även kunna användas för selen inom Sverige. Detta påstående kommer troligtvis att godkännas för mangan, koppar eller zink men med beaktning att det kan anses vilseledande.

Kravet på en betydande mängd av ovanstående näringsämnen uppfylls av 200 ml av drycken.

4.1.3 Vitamino

Vitamino tillverkas av Friggs och enligt dem själva är det en vitaminberikad och funktionell dryck med minst 75-100 % av det dagliga behovet av vitaminer. Den finns i tre smaker som alla sägs vara skräddarsydda för olika behov (Friggs, 2010). På alla tre finns en liten symbol med texten "*Färger och smaker från naturen*". Förutsatt att denna text är sann får den användas i märkningen.

Hälsomärkning och påståenden

Namnen på de olika smakerna är Looks (tidigare Beauty), Guard och Vital. Liksom för de två tidigare företagen antyder de olika namnen att drycken eller ingående näringsämnen har vissa egenskaper eller ger vissa hälsoeffekter. Vissa av namnen skulle kunna anses vara underförstådda hälsopåståenden.

På flaskan för respektive smak gör företaget reklam för en av de andra smakerna:

På Looks: "*Prova även Vitamino Guard som kan stödja kroppens naturliga försvar!*"

På Guard: "*Prova även Vitamino Vital som kan hjälpa din kropp att ge dig den energi du behöver!*"

På Vital: "*Prova även Vitamino Beauty (numera Looks, egen kommentar) som kan hjälpa din kropp att bevara din naturliga skönhet!*"

Dessa hälsopåståenden är ospecifika och avser produkter och inte näringsämnen eller andra ämnen. För dessa måste ansökan göras innan de får användas. Vilket ämne som ger den påstådda effekten bör annars framgå i texten. Eftersom texten finns på en annan flaska än den påståendet gäller är det mycket möjligt att mer information om produkten inte finns att tillgå.

Förpackningens utseende

Flaskorna är ofärgade med vita etiketter. Texten är i en tydligt avvikande färg från den vita bakgrunden. Förutom den diskreta symbolen i silver med texten "*Färger och smaker från naturen*" med tre blommor i mitten förekommer inga bilder eller illustrationer på förpackningarna.

Vitaminos olika smaker

Vitamino Looks

Blåbär och rooibos

B-vitaminer, Aloe vera och L-karnitin.

Text på flaskan för Looks:

"Friggs Vitamino Looks är speciellt komponerad för att hjälpa dig att bevara din naturliga skönhet. Vitaminerna biotin och niacin (B3) bidrar till att behålla hårets och hudens naturliga kvalitet, B6 bidrar till en normal ämnesomsättning och B12, biotin och pantotensyra (B5) bidrar till en normal energiproduktion i kroppen. En flaska ger dig hela 75 % av dagsbehovet av dessa viktiga B-vitaminer! Den goda

smaken och dryckens fina färg kommer naturligt från blåbär och rooibos-te. Drycken är baserad på källvatten."

På framsidan av etiketten finns bland annat texten "B-vitaminer/Aloe vera/L-karnitin". Enligt denna rapport anses det vara ett näringspåstående om att drycken innehåller dessa ingredienser, vilka också mängddeklarerar enligt de villkor som gäller. B-vitaminernas hälsosamma effekter förklaras också i texten under (i mindre stil). Det står dock ingenting beskrivet om vare sig Aloe Vera eller L-karnitin. Eftersom de nämns i samband med B-vitaminer antyder det att de har någon positiv effekt på hälsan och eftersom drycken heter Looks torde de ha något med kroppens yttre utseende att göra. Ansökningar har inkommit till EFSA för Aloe vera samt L-karnitin men de är fortfarande under beaktning.

På Vitamino Looks finns ett flertal hälsopåståenden. Det första är att B-vitaminerna biotin och niacin bidrar till att behålla hårets och hudens naturliga kvalitet. Troligtvis kommer detta påstående godkännas för både biotin och niacin, men med beaktning att det kan anses vilseledande. Hälsopåståendet att niacin bidrar till normal hårkvalitet kommer troligtvis inte att få användas. Det andra hälsopåståendet som handlar om att B6 bidrar till en normal ämnesomsättning är troligen för ospecifikt och bör specificeras angående vilka funktioner i ämnesomsättningen det avser. Det tredje gäller B12, biotin och pantotensyra som påstås bidra till normal energiproduktion i kroppen. Koppling mellan detta påstående och B12 har fått positivt utlåtande. Det har även kopplingen till biotin och pantotensyra men med beaktning att påståendet kan anses vilseledande.

Kravet på en betydande mängd av ovan nämna vitaminer och mineraler uppfylls av 100 ml av drycken.

Smaken blåbär och rooibos kommer från rooibosextrakt, 240 mg/100 ml, och naturlig arom. Mängden blåbär behöver inte anges eftersom det är tillsatt i aromgivande syfte. Det bör dock göras tydligare enligt följande "Med smak av blåbär och rooibos".

Vitamino Guard

Fläder och grönt te

C-vitamin, zink, fläderblom.

Text på flaskan för Guard:

"Friggs Vitamino Guard är speciellt komponerad för att stödja kroppens naturliga försvar. De funktionella ingredienserna C-vitamin och zink hjälper kroppens immunförsvar att fungera normalt. En flaska ger dig hela 100 % av dagsbehovet av C-vitamin och 75 % av dagsbehovet av zink! Den goda smaken och dryckens fina färg kommer naturligt från fläder och grönt te. Drycken är baserad på källvatten."

Först kommer ett ospecifikt påstående om att drycker är komponerad för att stödja kroppens naturliga försvar. Detta kompletteras med hälsopåståendet att C-vitamin och zink hjälper kroppens immunförsvar att fungera normalt. Hälsopåståendet att vitamin C bidrar till normal funktion av immunsystemet kommer troligtvis att kunna användas. Det kommer troligen att bli tillåtet att använda för zink också, men med beaktning att det kan anses vilseledande.

Kravet på en betydande mängd vitamin C och zink uppfylls med 100 ml av drycken.

De framlyfta ingredienserna grönt te (grönt te-extrakt, 216 mg/100ml) och fläderblom (fläderblomsextrakt 9 mg/100ml) mängddeklarerar.

Vitamino Vital

Röda bär och fruktte

Magnesium, tiamin (B1), pantotensyra (B5).

Text på flaskan för Vital:

"Friggs Vitamino Vital är speciellt komponerad för att hjälpa din kropp att ge dig den energi du behöver. De funktionella ingredienserna magnesium, tiamin (B1) och pantotensyra (B5) bidrar till en normal energiproduktion i kroppen. En flaska ger dig hela 75 % av dagsbehovet av dessa vitaminer och mineraler! Den goda smaken och dryckens fina färg kommer naturligt från röda bär och fruktte. Drycken är baserad på källvatten."

På denna flaska finns ett hälsopåstående om magnesium, tiamin och pantotensyra. Det som påstås är att de bidrar till en normal energiproduktion. Att påstå att magnesium respektive tiamin bidrar till en normal energimetabolism blir troligtvis godkända för användning. Det samma gäller kopplingen till pantotensyra men med beaktande att det kan anses vilseledande

Kravet på en betydande mängd magnesium, tiamin och pantotensyra uppfylls av denna produkt med 100 ml av drycken.

Smaken av röda bär och fruktte kommer från fruktte-extrakt (200 mg/100ml) och naturlig arom.

4.1.4 Bonaqua Emotion

Bonaqua Emotion tillverkas av Coca-Cola. På företagets hemsida (Coca-Cola, 2010b) beskrivs drycken enligt följande *"Bonaqua Emotion är ett svenskt källvatten som laddats med nyttigheter. Bonaqua Emotion är lätt smaksatt med naturlig fruktjuice och finns som både stilla och lätt kolsyrat vatten. En törstsläckare som känns bra för kropp och välbefinnande."*

Bonaqua Emotion finns i 500 ml-flaskor i två smaker: Persika och Aloe Vera med vitamin E (25 % av RDI) och Äpple med kostfibrer (20 % av RDI). Drycken är smaksatt med naturlig fruktjuice (0,5 %). Detta sammanfattas i ovanstående text med att produkten är *"laddad med nyttigheter"*. Att påstå att produkten är laddad med något ger intrycket av att det ska vara betydligt fler nyttigheter än en per smak samt i större mängder. Eftersom orden *"laddad"* och *"nyttigheter"* är otydliga bör detta påstående ses över och ersättas med ett tydligare. Dessutom kallar Coca-Cola drycken för smaksatt vatten i sin beskrivning på hemsidan och på förpackningen står *"kolsyrat svenskt källvatten med smak av äpple"* respektive *"kolsyrat svenskt källvatten med smak av persika och aloe vera"*. Bonaqua Emotion har 2,5 g fruktsocker tillsatt per 100 ml och för att inte vara vilseledande bör den hellre kallas dryck än vatten.

Målgruppen för Bonaqua Emotion är de som är ”intresserade av hälsa på ett enkelt sätt men utan att förlora smakupplevelsen”. Dessa två drycker kommer att utgå nästa år (Bodor et al, 2010).

Persika och Aloe Vera – med antioxidanten vitamin E

Text på flaskan för persika och aloe vera:

”Antioxidanten vitamin E bidrar till att skydda kroppens celler”

”0,5 l innehåller 25 % av RDI av vitamin E. Drink Bonaqua som en del av en varierad och balanserad kost”

Hälsopåståendet att vitamin E skyddar kroppens celler kommer troligtvis att få användas då påståendet att ”vitamin E skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada” har fått positivt utlåtande av EFSA. Ordalydelsen kan dock behöva ändras.

Smaken kommer från persikojuice från koncentrat (0,5 %) och från naturliga aromer. Mängden persikojuice är så liten att det kan ifrågasättas om den märks i produkten. Syftet är kanske snarare att kunna hävda att produkten faktiskt innehåller persikojuice och inte enbart aromer. Mängden Aloe vera i produkten står ej angivet i ingredienslistan vilket borde betyda att de syftar på smaken när namnet framhävs i märkningen. Är anledningen aromgivande syfte behövs ingen mängddeklaration heller. Men det bör i så fall göras tydligare att det är smaken de menar genom att skriva ”Med smak av Aloe vera”. Troligt är också att företaget utnyttjar Aloe verans positiva hälsoklang och att den kanske inte har något smagivande syfte alls.

Kravet på en betydande mängd vitamin E uppfylls, denna mängd finns i 300 ml av drycken.

Äpple - Med kostfiber

Text på flaskan för äpple:

På framsidan av flaskan: *”Kostfiber bidrar till att hålla magen i balans. 0,5 l innehåller 20 % av RDI av kostfiber”*

På baksidan: *”Bonaqua Emotion är framställt av svenskt källvatten med tillsatta kostfiber som bidrar till att hålla magen i balans. Bonaqua Emotion har ett högt innehåll av kostfiber. Drink Bonaqua emotion som en del av en varierad kost.”*
Samt *”Kostfiber: 6g per 0,5 L motsvarar 20% av rekommenderat dagligt intag.”*

Texten om att drycken har ett högt kostfiberinnehåll är ett näringspåstående. Reglerna följs för att få påstå att produkten har ett högt innehåll av kostfibrer. Emotion äpple innehåller 1,2 g kostfiber per 100 ml och 6 g kostfibrer på 500 ml (hela flaskan) och energiinnehållet för den volymen är 60 kcal.

Troligtvis blir hälsopåståendet att kostfiber bidrar till att hålla magen i balans inte godkänt. Men ett liknande påståenden för de specifika fibrerna i drycken, polydextros, är under beaktning hos EFSA och kan bli möjligt att använda framöver.

4.2 Juice

4.2.1 Bravo Friscus

Bravo Friscus finns i tre smaker, Apelsinjuice med acerola, Äppeljuice med tranbär och Tropisk.

Alla smakerna innehåller vitamin C, *Lactobacillus plantarum* HEAL9 och *Lactobacillus paracasei* 8700:2. Innehållet av bakterier är 5 miljoner bakterier/ml.

Det är anmärkningsvärt mycket text på förpackningen inklusive hänvisningar till olika hemsidor för mer läsning (se nedan).

På framsidan av förpackningen:

"FRISCUS - Hjälper ditt naturliga försvar + dubbel bakteriekultur"

På sidan av förpackningen:

"Friskvård åt alla!"

Ett sunt liv med god vila, motion och rätt kost har betydelse för vilken motståndskraft man har. Därtill har en ny svensk forskning visat att en kombination av bakteriekulturer stödjer kroppens naturliga försvar."

"Bravo Friscus innehåller just denna bakterieblandning. Lätt att dela med hela familjen, eftersom den nu finns i Sveriges omtycktaste juicesortiment."

"Skånemejerier - ett påhittigt hälsomejeri"

Bravo Friscus är framtagen av Skånemejerier och forskningsföretaget Probi i Lund. Tillsammans har vi tidigare utvecklat magexperten ProViva. Friscus är en del av Skånemejeriers fortsatta arbete med att erbjuda livsmedel som bidrar till hälsa och livskvalitet. www.skanemejerier.se"

På baksidan:

"Dubbel bakteriekultur med dokumenterad effekt"

*Här är en nyhet från Bravo som bygger på ett svenskt forskningsgenombrott. En juice med tillsats av två olika hälsosamma bakteriekulturer - *Lactobacillus plantarum* HEAL9 och *Lactobacillus paracasei* 8700:2. Vetenskapliga studier har visat att ett regelbundet intag av denna bakteriekombination stödjer kroppens naturliga försvar. (Läs mer om kulturerna på www.bravo.nu.)"*

"Bravo Friscus är helt naturlig och dricks som vanlig juice. Bravo Friscus innehåller 5 miljoner bakterier per ml. Ett glas juice (2,5 dl) innehåller lika många bakterier som användes i studierna. Bravo Friscus har inget tillsatt socker. Sötman kommer från frukternas naturliga sockerarter."

Hälsopåståendet på denna juice är att bakteriekombinationen *Lactobacillus plantarum* HEAL9 och *Lactobacillus paracasei* 8700:2. stödjer kroppens naturliga försvar vid ett regelbundet intag. Påståendet kommer troligtvis inte att få användas på grund av att kroppens naturliga försvar inte är tillräckligt definierat och dessutom är den ena bakteriekulturen, *Lactobaillus plantarum* HEAL9, inte tillräckligt karakteriserad.

Att två av smakerna heter Apelsinjuice med acerola respektive Äppeljuice med tranbär gör det tydligt att det är mest apelsin respektive äpple i juicerna. Avbildningen på frukt och bär på förpackningen är dock inte i rätt proportion till innehållet.

4.2.2 Juice med uttrycket superfrukt eller antioxidant

I butik finns också flera olika juicer som kallas superjuice eller som påstås innehålla superfrukt/superfruit, till exempel Pauluns superjuice, Brämhults superfruits juice och Healthy People Superfruit juice.

Uttrycket ”super light” är ett näringspåstående som inte är tillåtet att använda kommersiellt (Guidance on the implementation of regulation n° 1924/2006, 2007). Anita Laser Reuterswärd, nutritionist SLV, säger att *”eftersom ”superfruit” är analogt med det uttrycket, skulle det kunna vara vilseledande att kalla en frukt för ”superfrukt” på Internet, i reklam eller på en förpackning. Man kan fråga sig vad det är som är super? Är det hög halt av något/några vitaminer? Men hur mycket högre är det och är det relevant? EU-kommissionen menar att det bara finns två typer av näringspåståenden, antingen ”innehåller” eller ”hög halt/rik på”. Det kan då inte finnas ett näringspåstående som heter ”extrarik på” eller ”superrik på” eller helt enkelt ”super”. Det engelska ordet ”super” betyder ”över”, d.v.s. ”ännu mer”, och det är alltså inte tillåtet. Inga hälsopåståenden kommer att få göras för frukter eftersom dessa inte går att karaktärisera. Däremot kommer funktionella hälsopåståenden komma att få göras för till exempel näringsämnen, till exempel för vitamin C som fungerar som antioxidant”* (Laser Reuterswärd 2010).

På frågan vad som kommer att hända med ordet ”superfrukt” i märkningen framtiden svarar Laser Reuterswärd *”I allmänhet kan man inte förbjuda det, men i kommersiell användning skulle det kunna åtgärdas av tillsynsmyndigheterna”* (Laser Reuterswärd 2010).

Även juicer märkta med ”antioxidant” eller ”innehåller antioxidanter” som exempelvis Tropicana Essentials Antioxidants, syns i butikshyllan. Dessa uttryck är inte tillåtna och de har inte heller någon övergångstid varför de inte borde synas på förpackningar idag.

4.3 Fruktdryck

4.3.1 ProViva

ProViva Active

Finns i två smaker. Inkluderad i rapporten är smaken blåbär, hallon och citron. Förpackningen innehåller 350 ml.

Text på förpackningens framsida:

”Dryck med extra proteiner, kolhydrater och antioxidanter som hjälper kroppen att återhämta sig.”, ”Med aktiv bakteriekultur” och ”Ett resultat av svensk forskning”

Uttrycket ”med extra proteiner” är otydligt. Produkten innehåller tillsatt vassleprotein och producenten kanske med uttrycket jämför ProViva Active med liknande drycker som inte har protein tillsatt. I vilket fall finns det två näringspåståenden som får användas gällande proteiner och de är ”proteininnehåll” och ”högt proteininnehåll” (eller liknande uttryck med samma innebörd). Hur uttrycket ”med extra proteiner” ska bedömas upplevs som komplicerat. Eftersom uttrycken ”extra högt innehåll” och ”extra rik på protein” är otillåtna förstärkande uttryck (SLV:s vägledning (EG) nr 1924/2006, 2008) skulle påståendet ”med extra proteiner” också kunna anses vara otillåtet. ”Med extra protein” skulle vidare kunna likställas med näringspåståendet

”högt proteininnehåll”. För detta krävs att produkten innehåller en sådan mängd proteiner att de bidrar med minst 20 % av produktens totala energivärde. Protein i produkten bidrar med ungefär 13 % av produktens totala energivärde. Näringspåståenden ”med extra proteiner” skulle i så fall inte vara tillåtet på ProViva Active. På ett annat ställe på förpackningen (se nedan) står att produkten ”innehåller protein” och kanske är det vad producenten egentligen menar med påståendet ”med extra protein”. För näringspåståendet ”innehåller protein” krävs att proteinmängden i produkten ger minst 12 % av produktens totala energivärde, vilket ProViva Active uppfyller.

Uttrycket att produkten innehåller antioxidanter är ett ospecifikt hälsopåstående som inte heller är tillåtet.

Text på förpackningens sida:

”Hälsa via magen” och ”Återhämtningsdrycken. Det är i magen förmågan att snabbt återhämta sig sitter. Förutom ProViva bakterien innehåller ProViva Active protein, kolhydrater och nio utvalda vitaminer och mineraler med antioxidativ verkan. Sammansättningen är gjord för att ge kroppen en möjlighet att snabbare kunna fylla på sina depåer och återhämta sig efter en ansträngning. Alla elitidrottare vet hur viktigt det är - och många använder också ProViva Active direkt efter träning och tävling. Bäst mage vinner.”

Påståendet ”hälsa via magen” är ett otydligt påstående som bör specificeras både vad avser vilken hälsoeffekt som menas och vilket ämne som ger den hälsoeffekten. Bakterien i drycken som i märkningen kallas ProViva bakterien är *Lactobacillus plantarum* 299v. Ett påstående om att *Lactobacillus plantarum* 299v bidrar till god maghälsa, eller bidrar till en hälsosam tarmflora, kommer troligtvis inte att få användas.

Det finns också ett hälsopåstående om att drycken innehåller nio vitaminer och mineraler med antioxidativ verkan. Här måste vitaminerna och mineralerna skrivas ut. Enligt innehållsförteckningen bör dessa vara: Betakaroten³, vitamin C, vitamin E, vitamin B6, koppar, magnesium, mangan, selen och zink. Hälsopåståendet bör specificeras. Exempelvis har påståendet med ordalydelsen skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada fått positivt utlåtande. Vitamin C, vitamin E och selen kommer troligtvis att bli godkända för det påståendet. Det blir det troligtvis också för koppar, mangan och zink men med beaktande att påståendet kan anses vilseledande. För Betakaroten finns inget utlåtande att läsa än. För vitamin B6 finns ingen ansökan för liknande påstående hos EFSA. Påståendet kommer troligtvis inte att få användas för magnesium.

Kravet på en betydande mängd för att få använda hälsopåståenden uppfylls. För koppar, mangan och selen anges inga RDI-värden. När referensvärden för RDI uppdaterats fick dessa fastställda värden. De gamla värdena får användas till sista oktober 2011. Betakaroten har fortfarande inte något fastställt RDI-värde.

³ Betakaroten (provitamin A) ombildas till vitamin A i kroppen när det behövs (Abrahamsson et al. 2006).

Ett hälsopåstående om att *Lactobacillus plantarum* 299v bidrar till god maghälsa, eller bidrar till en hälsosam tarmflora, har fått negativt utlåtande av EFSA på grund av att det inte fanns bevis för denna koppling. Även kopplingen mellan *Lactobacillus plantarum* 299v och immunsystemet har fått negativt utlåtande på grund av att immunsystemet inte definierats tillräckligt väl. Det har refererats till flera olika effekter kopplade till immunsystemet, exempelvis tarmbarriärens funktion och antikroppsproduktionen, och det framgår inte vilken effekt hälsopåståndet avser. Utlåtande för påståndet att *Lactobacillus plantarum* 299v har antioxidativa egenskaper finns inte att läsa i EFSA's register of questions database trots att det står att EFSA:s bedömningen är klar. För övriga hälsopåståenden som EFSA givit utlåtande för finns dessa utlåtanden att läsa genom en länk, men för detta hälsopåstående saknas av någon anledning en sådan länk.

Bilden över hallon, blåbär och citron avspeglar proportionerna mellan bären och frukt i produkten.

ProViva Female

Finns i två smaker. Inkluderad i rapporten är smaken gul kiwi mangostan. Förpackningen innehåller 350 ml.

Text på förpackningens framsida:

"En fruktdryck som förbättrar upptaget av järn. Med extra järn, vitamin C och folsyra." och *"Med aktiv bakteriekultur"*

Text på förpackningens sida:

"Hälsa via magen" och "Ett nytt resultat av svensk forskning. Att ProViva är bra för magen är vetenskapligt bevisat. Men ProViva bakterien underlättar också upptaget av järn. Denna unika förmåga har testats kliniskt och det visar sig att ProViva Female ökar järnupptaget med ca 50 % jämfört med motsvarande produkt utan ProViva bakterien. ProViva Female kan därför hjälpa dig att komma till rätta med järnbrist - ett vanligt problem hos kvinnor. För att du ska få mer direkt nytta av denna förmåga hos bakterien har vi lagt till lite extra järn plus vitamin C, som förbättrar järnupptaget ytterligare, och dessutom folsyra, ett viktigt vitamin för kvinnor."

På drycken finns ett hälsopåstående om att vitamin C förbättrar järnupptaget. Det påståndet kommer troligtvis att bli godkänt för användning. Även på denna dryck finns påståndet "hälsa via magen", se mer angående påståndet under produkten ProViva Active.

Bakterien i drycken som avses i märkningen är *Lactobacillus plantarum* 299v. På ProViva Female påstås att *Lactobacillus plantarum* 299v förbättrar järnupptaget. Detta påstående fick inte godkänt av EU-kommissionen och på grund av att de inte finner stöd för påståndet. Orsaken är svagheter i utförda studier som för få försökspersoner, att olika doser av bakterien har använts samt motsäggande resultat. Påståndet får användas sex månader efter förordningen träder i kraft vilket den gör 20:e dagen efter att den offentliggjorts i Europeiska unionens officiella tidning. Offentliggörandet skedde 2010-05-04 vilket innebär att det fick användas till 24 november 2010 (Förordning (EU) nr 375/2010; EFSA's register of questions database, 2010).

De skriver också att drycken innehåller folsyra och att det är ett viktigt vitamin för kvinnor. De hälsopåståenden angående folat som EFSA utvärderat är direkt riktat till kvinnor, och bara de kvinnor som planerar att bli eller redan är gravida. Hälsokopplingen i hälsopåståendet om folsyra bör specificeras avsevärt och det bör förklaras till vilka kvinnor det är riktat.

Kravet på en betydande mängd uppfylls för de vitaminer och mineralerna hälsopåståendena avser.

4.4 Drycker avsedda för barn

4.4.1 Fruit Shoot

Fruit Shoot är en fruktdryck producerad av Britvic Soft Drink Ltd (distributör i Sverige är Arvid Nordquist). Den finns i tre smaker, apelsin, tropisk och Svartvinbär och äppel. Gemensamt för alla är att mängden juice finns för all ingående frukt (10 %). Flaskan är i samma färg som frukten i smaken, orange, gul eller lila, vilket troligtvis är färgen på drycken också. Dryckens riktiga färgen går alltså inte att se. Mängden tillsatt socker står ej angiven.

På sin Fruit Shoots hemsida beskriver de produkten så här:

"Fruit Shoot är inte bara den coolaste. Utan också den mest praktiska fruktdrycken för barn. Drycken, som är färdig att drickas, serveras i en återförslutningsbar sportflaska. Den uppfinningsrika pipen spiller inte, vilket gör Fruit Shoot till den perfekta drycken för aktiva och nyfikna barn."

På hyllkanten i butiken satt en lapp med texten *"Barn i farten"*.

På förpackningen finns texten *"Inga artificiella sötningsmedel. Inga artificiella färgämnen eller smaktillsatser. Fruk juice från koncentrat."* Om liknande produkter innehåller sötningsmedel eller artificiella färgämnen eller smaktillsatser kan denna text anses tillåten att användas även om SLV avråder från att märka ut vad produkten inte innehåller. Liknande produkter skulle kunna vara MER och Festis. Ingen av dessa innehåller några artificiella sötningsmedel eller artificiella färgämnen och om smaken kommer från naturliga aromer eller inte framgår ej (Coca-Cola 2010c). Alltså kan märkningen anses vilseledande.

Namnet Fruit Shoot kan lätt förväxlas med ordet shot, och olika shots finns det ett utbud av i butikerna med olika hälsopåståenden och hälsoeffekter. Detta skulle kunna få Fruit Shoot att låta hälsosam.

Fruit Shoot i smaken tropisk har apelsiner och ananas avbildade på flaskans etikett och de följer Livsmedelsverkets märkningsföreskrifter att bara använda avbildningar av frukter om produkten också innehåller frukt och inte bara aromer. En mängddeklaration av de avbildade ingredienserna behövs också vilket finns angivet i ingredienslistan, 4 % apelsin och 4 % ananas, på förpackningen. (SLV:s Vägledning (LIVSFS 2004:27), 2008) Även de andra två smakerna följer samma exempel.

Namnet på denna dryck får det att låta som drycken innehåller en massa frukt. Juiceinnehållet är dock endast 10 %. Sockerinnehållet (ca 10 g) är ungefär det samma

som i Festis och MER, som också finns i praktisk tetraförpackning. Mängden frukt och/eller socker är därmed inget hållbart argument för att välja denna produkt. Juicemängden i MER varierar mellan 10 och 40 % beroende på smak. (Coca-Cola 2010c) Apelsinfestis innehåller 19 % fruktjuice. Med andra ord är Fruit Shoot inte på något sätt bättre i hälsoaspekt än exempelvis Festis och MER utan tvärtom, eftersom juiceinnehållet är lika eller mindre i Fruit Shoot.

4.4.2 Bonaqua stilla vatten i tetraförpackning

Enligt pressmeddelandet *Tre stora vattennyheter från Bonaqua – Nya funktionella Bonaqua Emotion, Bonaqua Silver på Tetra och vatten från nya lokala källan i Södermanland* från Coca-Cola (2009) är denna produkt tänkt att vara ett hälsosammare alternativ till redan befintliga produkter i tetraförpackning med sugrör.

På förpackningen hittas följande text *"Äntligen säger nog många föräldrar om första tetrapak® förpackningen med smaksatt vatten i Sverige. Perfekt för utflykter, picknicks, mellanmål och luncher. Bonaqua stilla vatten är ett svenskt källvatten med en uppfriskande smak av päron."*

Denna förpackning har inte något närings- eller hälsopåstående. Ovanstående text samt bilden på ett päron/äpple med ögon och glad mun visar tydligt att produkten är riktad till barn. Eftersom produkten inte innehåller någon frukt utan bara är smaksatt med arom anses fruktavbildningen vilseledande (SLV:s Vägledning (LIVSFS 2004:27), 2008).

Eftersom sockerinnehållet är 2,9 g per 100 ml är drycken ur ett sockerinnehålls perspektiv ett hälsosammare alternativ till exempelvis MER och Festis (se ovan). Men till skillnad från MER och Festis innehåller Bonaqua Stilla Vatten ingen fruktjuice alls, men den tillhör också kategorin smaksatt vatten medan MER och Festis tillhör kategorin still drinks. På förpackningen står *"Stilla vatten"* och att ett smaksatt vatten innehåller socker känns dock vilseledande och Bonaqua Stilla Vatten bör hellre kallas dryck än vatten.

4.5 Aktuella hälsopåståenden på de undersökta dryckerna

Endast ett hälsopåstående, att *Lactobacillus plantarum* 299v förbättrar järnupptaget, som hittats på dryckerna i studien har kommit igenom hela beslutsprocessen och nått ett godkännande eller icke-godkännande av EU-kommissionen. Resterande hälsopåståenden har som längst fått ett utlåtande av EFSA och väntar på beslut från EU-kommissionen.

Nedan samlas alla de hälsopåståenden som hittats i studien samt på vilken/vilka dryck/-er inom parantes. Efter varje påstående anges vilket utlåtande påståendet fått, om ansökan för liknande påståenden inte hittades eller om påståendet ännu inte utvärderats av EFSA.

För de hälsopåståenden som hittats på produkter i studien och som i stort liknar ett hälsopåstående som utvärderats av EFSA och fått positivt/negativt utlåtande, har i denna rapport givits kommentaren "positivt utlåtande"/"negativt utlåtande". Exempel: på Vitamin Well Antioxidant hittades påståendet "Vitamin C bidrar till att skydda

kroppens celler” och i EFSA's register of questions hittades ”Vitamin C skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada” som fått positivt utlåtande. De båda hälsopåståendena bedöms ha samma innebörd och alltså bedöms även påståendet ”bidrar till att skydda kroppens celler” få positivt utlåtande. Ordalydelsen kan dock behöva ändras.

Om det på produkten påträffade påståendet bedöms (i denna studie) vara för ospecifikt tas istället liknande och relevanta påståenden upp samt EFSA:s utlåtanden för dessa. Skiljer sig det påträffade påståendet för mycket från de påståenden som inkommit till EFSA så att betydelsen blir en annan blir kommentaren ”ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling”.

De hälsopåståenden för vitaminer och mineraler som EU:s befolkning har ett tillfredsställande intag av, bedöms som presenterat under rubriken *EFSA:s utlåtanden för hälsopåståenden på ämnen med tillfredsställande intag*. Nedan får de kommentaren ”positivt utlåtande, med beaktande att det kan anses vilseledande” vilket betyder att påståendet fått positivt utlåtande och kan komma att få användas, men att företaget då bör ta hänsyn till att påståendet kan anses vilseledande eftersom befolkningen inte har ett bristfälligt intag av näringsämnet ifråga. Det bör också nämnas att för alla de vitaminer och mineraler som hälsopåståenden gjorts för på dryckerna som granskats har EFSA kommenterat att den mängd (15 % av RDI) som produkten måste innehålla för att få förse med ett hälsopåstående för ämnet lätt konsumeras genom en balanserad kost (EFSA's register of questions database).

För vissa av dessa näringsämnen visar dock kostundersökningen, Riksmaten, som gjordes 1997-1998, att 25 % av svenska befolkningen har ett lågt intag av dem, varför hälsopåståendena för de näringsämnena bör kunna användas i Sverige (SNF 2010b). Dessa hälsopåståenden har fått kommentaren ”positivt utlåtande, relevant i Sverige”.

Informationen om var i processen ett hälsopåstående hos EFSA är eller vilket utlåtande det fått är hämtad från EFSA's registration of questions database. För vissa vitaminer och mineraler finns extra kommentarer från SNF (*Översiktstabel – EFSA:s artikel 13.1-utlåtanden från den 5 mars 2010*).

Viktigt att poängtera är att denna sammanställning endast är en uppskattning av huruvida hälsopåståendena på flaskorna i studien kan komma att godkännas eller inte godkännas för användning framöver. Den är dessutom helt grundad på EFSA:s utlåtanden men med vägledning av tolkningar från SLV och SNF i vissa fall. Det är inte säkert att EU-kommissionens slutliga beslut går i linje med EFSA:s utlåtanden. Därtill kommer villkor, exempelvis näringsprofiler, som ska uppfyllas för att få använda hälsopåståendena. Eftersom dessa näringsprofiler inte är fastställda har ingen hänsyn kunnat tas till dem i denna rapport.

4.5.1 Vitaminer

Alla påträffade hälsopåståenden gällande vitaminer skrivs ut nedan. På vilken dryck påståendet hittades anges också. Vissa påståenden är från Coca-Colas hemsida och det förtydligas genom att det efter den aktuella drycken står ”(hemsida)”. Hälsopåståendena är uppdelade för respektive vitamin med ett par avslutande meningar om hur framtiden för just dessa hälsopåståenden bedöms se ut.

Vitamin C – påstås:

1. förbättra järnupptaget (ProViva Female, Vitaminwater Power-c (hemsida), Vitaminwater Essential (hemsida), Vitaminwater D-fence (hemsida))
– positivt utlåtande (för icke-hemoglobin järn). Kommentar SNF: *“Förbättrat järnupptag förutsätter att C-vitamin intas i samband med måltid innehållande järn. Detta bör lämpligen framgå av påståendets utformning.”*
2. bidra till immunförsvarets funktion (Vitamin Well Defence, Vitamino Guard)
– positivt utlåtande
3. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well Antioxidant, Vitaminwater Power-c (hemsida), Vitaminwater Essential (hemsida), Vitaminwater D-fence (hemsida))
– positivt utlåtande
4. ha antioxidativ verkan (ProViva Active) – ospecifikt MEN se punkt 3.
5. hjälpa dig att hålla dig frisk (Vitaminwater D-fence)
– ospecifikt, MEN påståendet ”bidrar till normal funktion av immunsystemet” - positivt utlåtande
6. bidra till god ämnesomsättning i kroppens celler (Vitamin Well Care) / bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
– ospecifikt MEN påståendena ”bidrar till en normal energimetabolism” / ”skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada” - positiva utlåtanden
7. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
– ospecifikt, MEN påståendena ”bidrar till en normal energimetabolism” / ”skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada” - positiva utlåtanden
8. främja skelettets hälsa (Vitaminwater Power-c, hemsida, Vitaminwater D-fence (hemsida))
–ospecifikt, MEN påståendet ”bidrar till normal kollagen formation” – positivt utlåtande

Alla åtta påståenden som hittades för vitamin C på produkterna kan bli godkända att användas. Vissa kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Vitamin E - påstås:

1. bidra till immunförsvarets funktion (Vitamin Well Defence)
- negativt utlåtande
2. bidra till god ämnesomsättning i kroppens celler (Vitamin Well Care)
– ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling
3. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
– ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling
4. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well, Antioxidant, Bonaqua Emotion persika & Aloe vera)
– positivt utlåtande
5. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
– ospecifikt, MEN se punkt 4.

Ett hälsopåstående som hittades för vitamin E på produkterna kommer troligtvis inte godkännas för användning, två kommer troligtvis att godkännas och två är osäkra då

ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling hos EFSA. Vissa kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Vitamin B6 - påstås

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater – Ignite)
 - positivt utlåtande
2. frigöra energi från kolhydratförråd i musklerna (Vitaminwater Power-c (hemsida), Vitaminwater Ignite (hemsida), Vitaminwater Restore (hemsida))
 - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
3. påstås vara nödvändigt för att kroppen ska kunna använda protein (Vitaminwater Power-c (hemsida), Vitaminwater Ignite (hemsida), Vitaminwater Restore (hemsida))
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
4. bidra till en normal ämnesomsättning (Vitamino Looks)
 - ospecifikt, MEN se punkt 2 och 3
5. påstås ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling

Fyra hälsopåståenden som hittades för vitamin B6 på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men för tre av dem bör det beaktas att de kan anses vilseledande och ett är osäkert om det kommer att få användas då inget liknande hittades hos EFSA. Vissa hälsopåståenden kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Vitamin B12 – påstås:

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater – Ignite)
 - positivt utlåtande
2. bidra till normal energiproduktion i kroppen (Vitamino Looks) / vara viktigt för energimetabolism (Vitaminwater Power-c, hemsida, Vitaminwater Ignite - hemsida)
 - positivt. Enligt SNF bör det dock framgå att en risk för lågt intag av B12 främst gäller personer som utesluter animaliska livsmedel ur kosten.
3. bidra till god ämnesomsättning i kroppens celler (Vitamin Well Care) / bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
 - ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling

Två hälsopåståenden som hittades för vitamin B12 på produkterna kommer troligtvis att godkännas, den ena med tilläggskommentar från SNF. Ett påstående är osäkert om det kommer att godkännas då inga liknande hittades hos EFSA.

Pantotensyra (Vitamin B5) påstås:

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater Ignite)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
2. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
3. bidra till normal energiproduktion i kroppen (Vitamino Looks, Vitamino Vital)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande

Alla tre hälsopåståenden som hittades för pantotensyra på produkterna kommer

troligtvis att godkännas, med beaktande att de kan anses vilseledande. Vissa kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Niacin (Vitamin B3) påstås:

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater Ignite)
 - osäkert, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling
2. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
 - ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling
3. bidra till att behålla hårets och hudens naturliga kvalitet (Vitamino looks)
 - negativt utlåtande för kopplingen till hårkvalitet men positivt med beaktande till att det kan anses vilseledande för kopplingen till hudkvalitet.

För två hälsopåståenden som hittades på produkterna för niacin är det osäkert om de kommer att godkännas då inga liknande påståenden hittades hos EFSA. Det tredje påståendet fick negativt utlåtande då det i påståendet fanns två hälsokopplingar där den ena troligen inte kommer att godkännas för användning.

Tiamin (vitamin B1) påstås:

1. bidra till en normal energiproduktion (Vitamino Vital)
 - positivt utlåtande, relevant för Sverige

Det enda hälsopåstående som hittades för tiamin på produkterna kommer troligtvis att godkännas och anses relevant för användning i Sverige.

Biotin (vitamin B7) påstås:

1. vara bra för hår och hud (Vitamin Well Care)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
2. bidra till att behålla hårets och hudens naturliga kvalitet (Vitamino Looks)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
3. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
 - ospecifikt, ingen ansökan funnen med denna hälsokoppling

Två hälsopåståenden som hittades för biotin på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men med beaktande att de kan anses vilseledande och ett är osäkert då inget liknande hittades hos EFSA. Vissa kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Folat/Folsyra (ett B-vitamin) påstås:

1. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning. (Vitamin Well Everyday)
 - ospecifikt, MEN bidrar till normal aminosyrasyntes - positivt utlåtande
2. vara ett viktigt vitamin för kvinnor (ProViva Female)
 - alldeles för ospecifikt, MEN normal maternal vävnadstillväxt under graviditet – positivt utlåtande

Ett hälsopåstående som hittades för folat på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men det behöver specificeras. Det andra bör specificeras både avseende

hälsokopplingen och till vilka kvinnor produkten vänder sig.

Betakaroten påstås:

1. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt MEN påståendet att det är en antioxidant som skyddar DNA, kroppens celler och vävnader mot oxidation, har inkommit till EFSA, utvärderingen ska vara färdig men finns inte att läsa.

Det hälsopåståendet för betakaroten som påträffades på en produkt är ännu osäkert då inget utlåtande från EFSA finns att läsa för påståendet. Hälsopåståendet behöver specificeras.

4.5.2 Mineraler

Alla påträffade hälsopåståenden gällande mineraler skrivs ut nedan. På vilken dryck påståendet hittades anges också. Om påståendet är från Coca-Colas hemsida förtydligas det genom att det efter den aktuella drycken står ”(hemsida)”.

Hälsopåståendena är uppdelade för respektive mineral med ett par avslutande meningar om hur framtiden för just dessa hälsopåståenden bedöms se ut.

Zink påstås:

1. bidra till immunförsvarets funktion (Vitamin Well Defence, Vitamino Guard)
 - positivt med beaktande att det kan anses vilseledande
2. vara viktigt för ett friskt immunförsvaret (Vitaminwater Power-c (hemsida), Vitaminwater D-fence (hemsida))
 - ospecifikt, MEN bidrar till normal funktion av immunsystemet - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
3. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday) / bidra till god ämnesomsättning i kroppens celler (Vitamin Well Care)
 - ospecifikt, MEN bidrar till normal proteinsyntes (där ibland keratin och kollagen)/ normal kolhydratmetabolism - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
4. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well Antioxidant)
 - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
5. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt, MEN se punkt 4

Alla fem hälsopåståenden som hittades för zink på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men med beaktande att de kan anses vilseledande. Vissa kan dock behöva specificeras eller förtydligas.

Magnesium påstås:

1. bidra till att upprätthålla viktiga funktioner i kroppens ämnesomsättning (Vitamin Well Everyday)
 - ospecifikt MEN bidrar till normal proteinsyntes – positivt utlåtande
2. bidra till en normal energiproduktion (Vitamino Vital)
 - positivt utlåtande

3. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt, MEN skyddar DNA, protein och lipider från oxidativ skada – negativt utlåtande på grund av otillräcklig vetenskaplig grund

Två hälsopåståenden som hittades för magnesium på produkterna kommer troligtvis att godkännas och ett kommer troligtvis inte att godkännas. Det första kan behöva specificeras eller förtydligas.

Selen påstås:

1. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well Antioxidant)
 - positivt utlåtande, relevant i Sverige
2. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt, MEN se punkt 1

De båda hälsopåståenden som hittades för selen på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men åtminstone det andra kan behöva specificeras eller förtydligas.

Koppar påstås:

1. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well Antioxidant)
 - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
2. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt MEN se punkt 1

De båda hälsopåståenden som hittades för koppar på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men åtminstone ena kan behöva specificeras eller förtydligas.

Mangan påstås:

1. bidra till att skydda kroppens celler (Vitamin Well Antioxidant)
 - positivt utlåtande med beaktande att det kan anses vilseledande
2. ha antioxidativ verkan (ProViva Active)
 - ospecifikt, MEN se punkt 1

De båda hälsopåståenden som hittades för mangan på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men åtminstone ena kan behöva specificeras eller förtydligas.

Kalcium påstås:

1. ge optimal skeletthälsa (Vitaminwater Essential - hemsida)
 - positivt utlåtande, men ordalydelsen bör ses över

Det hälsopåstående som hittades för kalcium på produkterna kommer troligtvis att godkännas, men ordalydelsen bör ses över, bibehåller ett normalt skelett är exempelvis ett bättre val.

Kalium påstås:

1. bidra till regleringen av kroppens vätskebalans, hjälper kroppen att hydreras och återhämta sig (Vitaminwater Restore – hemsida)
 - Ett liknande påstående är under utvärdering hos EFSA. Utlåtande ska utkomma senast sista juni 2011.

Det hälsopåstående som hittades för kalium på produkterna är ovisst då EFSA inte

utvärderat påståendet än.

4.5.3 Övriga ämnen

Alla påträffade hälsopåståenden gällande andra ämnen än vitaminer och mineraler skrivs ut nedan. På vilken dryck påståendet hittades anges också. Om påståendet är från Coca-Colas hemsida förtydligas det genom att det efter den aktuella drycken står ”(hemsida)”. Hälsopåståendena är uppdelade för respektive ämne med en avslutande mening om hur framtiden för just dessa hälsopåståenden bedöms se ut.

Guarana påstås:

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater Ignite)
 - Ett liknande påstående är under utvärdering av EFSA, utlåtande beräknas komma senast sista juni 2011

Om påståendet för guarana kommer få användas går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat något liknande påstående än.

Koffein påstås:

1. göra dig piggare och mer vaken (Vitaminwater Ignite) / påstås kortvarigt förstärker din mentala vakenhet (Vitamin Well Focus) / påstås hjälpa dig att känna dig mer energisk och alert (Vitaminwater Ignite (hemsida))
 - ett liknande påstående är under utvärdering av EFSA, utlåtande beräknas komma senast sista juni 2011

Om påståendet för koffein kommer få användas går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat något liknande påstående än.

L-theanin (i grönt te) påstås:

1. vara stressdämpande (Vitamin Well Focus)
 - liknande påståenden är under utvärdering av EFSA, utlåtande beräknas komma senast sista juni 2011

Om påståendet för L-theanin kommer få användas går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat något liknande påstående än.

L-karnitin påstås:

1. ha någon positiv effekt på utseendet och hälsan (Vitamino Looks)
 - mycket ospecifikt MEN gör energimetabolismen mer effektiv - under utvärdering av EFSA, utlåtande beräknas komma senast sista juni 2011

Om påståendet för L-karnitin kommer få användas går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat något liknande påstående än.

Aloe vera påstås:

1. ha positiv effekt på utseendet och hälsan (Vitamino Looks)
 - mycket ospecifikt, MEN andra mer specifika påståenden som: bibehåller en hälsosam hudkvalitet/ bidrar till normala blodglukosnivåer/ bidrar till normal glukos-insulin metabolism – under utvärdering av EFSA, utlåtande beräknas komma senast sista juni 2011

Om hälsopåståendet för Aloe vera kommer få användas går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat något liknande påstående än.

Kostfibrer påstås:

1. påstås hålla magen i balans (Bonaqua Emotion äpple)
- negativt utlåtande

Hälsopåståenden om kostfiber har fått negativt utlåtande av EFSA på grund av att de anser att kostfiber inte kan karaktäriseras. Specifika fibrer kan däremot karaktäriseras och hälsopåståenden gällande dem har möjlighet att godkännas för användning (SLV, 2010I). Ett påstående om att polydextros, som Bonaqua Emotion äpple innehåller, bidrar till god tarmhälsa samt förbättrar tarmfunktionen är under beaktning av EFSA beräknas komma senast sista juni 2011.

Bakteriekulturer:

Lactobacillus plantarum HEAL9 i kombination med *Lactobacillus paracasei* 8700:2

1. påstås stärka ditt naturliga försvar (Bravo Friscus)

De ansökningar som inkommit till EFSA för *Lactobacillus plantarum* HEAL9 har fått negativt utlåtande på grund av att bakterien inte är tillräckligt karaktäriserad

Lactobacillus paracasei 8700:2 har också fått negativt utlåtande av EFSA på grund av att påståendet ”stärker immunförsvaret” i hälsopåståendena inte är tillräckligt definierat

Lactobacillus plantarum 299v

1. påstås bidra till god maghälsa (ProViva Female)
- ospecifikt, MEN ett mer specifikt påstående ”bidrar till en hälsosam tarmflora” har fått negativt utlåtande på grund av att denna koppling inte kunde bevisas.
påstås förbättra järnupptaget (ProViva Female)
–inte godkänt av EU-kommissionen på grund av att de inte finner stöd för påståendet. Orsaken är svagheter i utförda studier som för få försökspersoner, olika doser av bakterien har använts och motsägande resultat. Påståendet får användas sex månader efter förordningen träder i kraft vilket den gör 20:e dagen efter att den offentliggjorts i Europeiska unionens officiella tidning. Offentliggörandet skedde 2010-05-04 vilket innebär att hälsopåståendet fick användas till 24 november 2010 (Förordning (EU) nr 375/2010; EFSA’s register of questions database, 2010).

Inget av de tre hälsopåståenden för olika bakteriekulturer på produkterna verkar komma att få användas.

4.6 Utfallet av påträffade påståenden

Totalt hittades 60 olika hälsopåståenden på de granskade dryckerna i studien. Ett av dem, kopplingen mellan en bakteriekultur och förbättrat järnupptag, har nått ett beslut av EU-kommissionen, ett icke-godkännande. De övriga jämfördes med påståenden i EFSA’s register of questions database. Dessa var hälsopåståenden för 10 olika vitaminer, sju olika mineraler, fem olika andra ämnen, kostfibrer (ett påstående) och på bakteriekulturer (två påståenden). Eftersom EFSA utvärderar hälsopåståendena mot deras vetenskapliga dokumentation och inte tar in deras relevans för användning i

bedömningen valdes samma utgångsläge i denna studie. 38 av de granskade hälsopåståendena på produkterna i studien uppskattades att de kan komma att få ett godkännande och sex att få ett icke-godkännande. Resterande 15 hälsopåståenden går inte att uttala sig om då EFSA inte utvärderat dessa eller liknande påståenden än. 13 av de 38 hälsopåståenden som kan komma att godkännas kan anses vilseledande för användning eftersom EFSA påpekat att befolkningen i EU inte har ett otillfredsställande intag av dem. Susanne Bryngelsson, SNF, påpekar att det är få näringsämnen vi har ett bristfälligt intag av i Sverige om man ser till befolkningen som en helhet. Tittar man på vissa grupper av människor kan läget däremot se annorlunda ut. Detta menar Bryngelsson också försvårar för bestämmelser och beslut som ska vara gemensamma för hela EU när situationen ser olika ut i olika länder.

4.7 Smakgivande ingredienser i dryckerna

Eftersom dryckernas smak ofta kommer från arom bör det på dessa produkter stå exempelvis ”med smak av apelsin” istället för att bara skriva ut smakens namn ”apelsin”.

4.8 Portionsstorlek av undersökta drycker

Alla dryckerna i denna studie säljs i portionsförpackningar. ProViva dryckerna säljs i 350 ml-flaskor. Enligt texten på produkterna Glacéau Vitaminwater och Vitamin Well är en portionsstorlek hela flaskan, 500 ml. På Vitamino finns ingen portionsstorlek angiven, men näringsvärde anges per 100 ml och 500 ml, vilket är hela flaskan. På Fruit Shoot (300 ml) och Bonaqua Stilla Vatten i tetraförpackning (200 ml) finns inte heller någon angiven portionsstorlek, men det är rimligt att anta att det är hela förpackningen då dessa förpackningar går under benämningen portionsförpackningar.. Bravo säljs i portionsförpackningar på 350 ml enligt deras hemsida men i studien hittades bara enlitersförpackningen med en angiven portionsstorlek på 200 ml.

Detta kan jämföras med SLV:s livsmedelsdatabas där portionsstorleken är 200 g för saft, mjölk och fruktdryck med kolsyra. Portionsstorlek för läsk med kolsyra eller exempelvis Coca-Cola saknas dock (SLV:s Livsmedelsdatabas, 2010).

4.9 Sockerinnehåll i undersökta drycker

I alla vitamin- och mineralberikade dryckerna samt Bonaqua Emotion och Bonaqua Stilla vatten i Tetraförpackning kommer sockret från tillsatt fruktsocker, se tabell 2. ProViva-dryckerna innehåller både naturligt och tillsatt socker. ProViva Active innehåller 10g tillsatt socker och 12 g totalt socker per 100 ml. ProViva Female innehåller 5 g tillsatt socker och 9 g socker totalt. På Fruit Shoot står bara socker i ingredienslistan, ingen specificering. Med endast 10 % fruktjuice i produkten är den naturliga sockerhalten låg, varför allt socker i produkten räknas som tillsatta sockerarter. I juicen kommer sockret naturligt från frukten och därför inkluderas inte juicen i tabell 2.

Tabell 2. Sockerinnehåll i granskade produkter med tillsatt socker visat per 100 ml samt den mängd dryck som krävs för att ge 15 % av RDI av ingredienser framhävda i märkningen, vilken varierar mellan produkterna

Dryck	Namn	Tillsatt socker per 100 ml	Mängd dryck som ger 15 % av RDI	Total mängd socker ¹
Glacéau Vitaminwater	Power-C	4,6 g sockerarter	300 ml	13,8 g
	Essential	4,6 g sockerarter	500 ml	23 g
	Ignite	4,6 g sockerarter	150 ml	6,9 g
	Multi-v	4,6 g sockerarter	300 ml	13,8 g
	Restore	4,6 g sockerarter	400 ml	18,4 g
	D-fence	4,6 g sockerarter	300 ml	13,8 g
Vitamin Well	Defence	4,2 g fruktsocker	250 ml	10,5 g
	Care	4,2 g fruktsocker	250 ml	10,5 g
	Everyday	4,2 g fruktsocker	250 ml	10,5 g
	Focus	4,2 g fruktsocker	250 ml	10,5 g
	Reload	4,2 g fruktsocker	250 ml	10,5 g
	Antioxidant	4,2 g fruktsocker	200 ml	10,5 g
Vitamino	Looks	4 g fruktsocker	100 ml	4 g
	Guard	4 g fruktsocker	100 ml	4 g
	Vital	4 g fruktsocker	100 ml	4 g
Bonaqua Emotion	Persika och Aloe Vera	2,5 g fruktsocker	300 ml	7,5 g
	Äpple	2,5 g fruktsocker	375 ml	9,4 g
Fruit Shoot	Tropisk /Svartvinbär & äppel /apelsin	11 g socker (ej angivet hur mycket som är tillsatt)	300 ml ²	33 g ²
Bonaqua Stilla vatten	Päron/äpple	2,9 g fruktsocker	200 ml ²	5,8 g ²
ProViva Active	Blåbär, hallon, citron	10 g socker ³ (glukos och sackaros)	350 ml ²	35 g ²
ProViva Female	Gul kiwi mangostan	5 g socker ⁴	350 ml ²	17,5 g ²

¹ Den totala mängden socker som anges är för den mängd dryck som krävs för att få i sig 15 % av RDI av de näringsämnen som påståendet avser

² inget påstående finns på produkten eller så är mängden för 15 % av RDI irrelevant varför mängden dryck anges för hela portionsförpackningen istället liksom sockermängden.

³ Produkten har ett totalt sockerinnehåll på 12 g per 100 ml

⁴ Produkten har ett totalt sockerinnehåll på 9 g per 100 ml

Tabellen visar innehåll av tillsatt socker i de olika produkterna per 100 ml samt för den mängd dryck som uppfyller kravet på en betydande mängd, 15 % av RDI. De vitamin- och mineralberikade dryckerna har liknande sockerinnehåll, mellan 4 och 4,6 gram. En hel flaska Glacéau Vitaminwater, 500 ml, innehåller 23 g socker, Vitamin Well 21 g och Vitamino 20 g socker. Sett till den mängd som ger 15 % av RDI är det dock stor skillnad mellan märkena både vad avser den volym dryck som krävs och den mängd socker de då ger. Vitamin Well ger 10,5 g socker, Vitamino 4 g och för Glacéau Vitaminwater är det även stor variation mellan smakerna, från 6,5 till 23 g. Det är dock endast en produkt, Glacéau Vitaminwater Essential, där hela flaskan behöver konsumeras för att nå upp till 15 % av RDI av vitaminer och/eller mineraler som är framlyfta i märkningen på produkten. Detta innebär att 23 g socker också konsumerats. Detta motsvarar ca 35 - 45 % av det rekommenderade maximala intaget av rent framställda sockerintaget per dag för kvinnor och ca 27 - 40 % för män beroende på ålder och aktivitetsnivå. (De värden dessa siffror baseras på finns i bilagan, tabell 4).

På Glacéau Vitaminwater flaskorna anger GDA-märkningen att hela flaskan (500 ml) ger 23 g socker vilket motsvarar 26 % av det vägledande rekommenderade intaget enligt förpackningens GDA-märkning. Men enligt värdena som använts ovan, att rent framställda sockerarter till max 10 E % av energiintaget, skulle denna mängd socker utgöra 46 % för en vuxen med en kost på 2000 kcal.

På frågan om Coca-Cola anser att en dryck med detta höga sockerinnehåll är förenlig med hälsa och hälsopåståenden svarar de *"Att vara hälsosam handlar inte om huruvida du intar 0, 23 eller 50 g socker på en dag utan att ha en väl sammansatt och balanserad kosthållning, motionera/vara aktiv samt att också se till att själen får motion (skratta mycket!). Just för att många vill ha kontroll över sitt sockerintag anstränger vi oss för att ha en så tydlig märkning på våra förpackningar som möjligt och i tillägg till den obligatoriska innehållsförteckningen också använda GDA."* De gav inget uttalat svar på frågan som ställdes och svaret låter förstå att de inte lägger särskilt stor vikt vid sockerinnehållet i dryckerna, men att mängden socker i drycken tydligt märks ut för dem som önskar den informationen.

Värt att påpeka är att det i exempelvis USA även finns en nyare variant av Glacéau Vitaminwater, nämligen Glacéau Vitaminwater Zero. Zero innehåller betydligt mindre socker och det är möjligt att denna variant även kommer till Sverige.

Coca-Cola får också frågan om halten vitaminer och mineraler i drycken kan ökas så att mindre mängd av drycken ger samma mängd av dessa men mindre socker. De lyfter då fram att drycken inte är tänkt att vara ett kosttillskott utan en törstsläckande dryck med vitaminer. De poängterar också att om konsumenter då dricker två flaskor av deras Vitaminwater kan de eventuellt få i sig för mycket av vissa vitaminer eller mineraler. Dessutom är en portionsstorlek på 500 ml vad konsumenter vill ha enligt Coca-Cola. Konsumeras två flaskor innebär det dessutom ett intag på dubbel mängd socker, men det var inget Coca-Cola reflekterade över i sitt svar.

Bonaqua Emotion Persika och Aloe vera ger 7,5 g socker för den mängd som ger 15 % av RDI för vitamin E, och 12,5 g socker för hela flaskan.

En flaska ProViva Active ger 35 g tillsatt socker vilket är 54-71 % av det rekommenderade maximala intaget av tillsatt socker för en kvinna och 42-61% för män beroende på ålder och aktivitetsnivå. Detta är en stor mängd då övrig kost också innehåller socker och risken är stor att intaget av tillsatt socker överskrider den rekommenderade gränsen. En flaska ProViva Female ger 17,5 g tillsatt socker vilket är 27-36 % av det rekommenderade maximala intaget av tillsatt socker för en kvinna beroende på ålder och aktivitetsnivå. Eftersom produkten riktar sig till kvinnor räknas inget värde ut för män. Produkternas innehåll av naturligt socker bortses det från här.

Fruit Shoot innehåller 11 g socker per 100 ml, och hela flaskans innehåll ger 33 g socker. Barn har ett lägre energibehov än vuxna och får således mindre utrymme för tillsatt socker i kosten. För ett barn mellan 2 och 5 år är det dagliga energibehovet 1272 kcal. Detta ger att 10 E % är 127,2 kcal vilket motsvarar 31,8 g socker. En förpackning Fruit Shoot ger ca 104 % av det rekommenderade dagliga intaget av tillsatt socker för ett barn mellan 2 och 5 år. För ett barn mellan 6 och 9 år är det dagliga energibehovet 1848 kcal. Detta ger att 10 E % är 184,8 kcal vilket motsvarar 46,2 gram socker. Fruit Shoot ger för dessa barn 71 % av den mängden tillsatt socker som max bör konsumeras per dag.

De yngre barnen når över det rekommenderade maxintaget av tillsatt socker bara genom att konsumera denna dryck. Därtill kommer socker i livsmedel från frukost, lunch, middag och mellanmål. En dryck riktad till barn borde inte innehålla denna mängd socker, oavsett om producenten på något sätt antyder att de är ett hälsosamt alternativ eller inte. För de äldre barnen blir situationen en aning bättre men konsumeras en flaska Fruit Shoot kommer barnet med stor sannolikhet nå över den dagliga rekommenderade maxgränsen med råge.

Bonaqua stilla vatten innehåller betydligt mindre socker, 2,9 g per 100 ml och 5,8 g i hela produkten. Detta ger att denna produkt ger ett intag av socker på nästan 13 % av det maximala dagliga intaget.

4.10 Ytterligare information från företagen bakom vitamin- och mineralberikade dryckerna

De tre företagen bakom de granskade vitamin- och mineralberikade dryckerna i studien kontaktades för att få ytterligare information och de svarade i olika utsträckning på frågorna. Fullständigt svar erhöles från Coca-Cola (Peter Bodor med kollegor) medan Vitamin Well (Christian Ehrhardt med kollegor) bara hade tid att svara på ungefär hälften av frågorna. Produktchefen Charlotte Löwnertz på Friggs (telefonkontakt, 2010-12-10) var inte intresserad av att svara på frågorna då hon ansåg att hon inte kunde bidra med så mycket eftersom företaget kommer att lägga ner produkten Vitamino. Anledningarna till nedläggningen är flera, bland annat är konkurrensen stenhård och Coca-Cola är en stark aktör. Friggs har ett annat strategiskt fokus och därför vill de inte driva den här produkten vidare, även om de tycker att det är en fantastisk produkt avslutar Charlotte Löwnertz. Nedan följer svar från Coca-Cola och Vitamin Well på frågor om trender, om drycker med hälsoprofil tar marknad från andra kategorier samt om de ser problem eller möjligheter med de nya gemensamma reglerna gällande närings- och hälsopåståenden.

På Coca-Cola är långsiktighet viktigare än korta trender. De vill ta fram produkter som tillgodoser både nya och gamla behov och anser att det är viktigt att vara vaken och mottaglig för konsumenternas livsstil och önskemål. Enligt Coca-Cola har trenden på dryckesmarknaden utvecklats rejält de 10 senaste åren. *"... nya kategorier som t.ex. energidryck, vitamindryck och smoothies har tillkommit liksom sojabaserade produkter. Vattenmarknaden har haft en dip i några år men börjar återhämta sig. Dryck har blivit en mer spännande kategori som möter fler konsumentbehov, inte bara törst."*

Om marknaden idag säger de att *"Naturlighet är en stor trend, produkter utan konserveringsmedel t.ex. Hellre socker än sötningsmedel, men också produkter med lägre sockerinnehåll samt produkter som tillför njutning och nya smaker är också stort. Dessutom är bekvämlighet och tillgänglighet viktigt för konsumenten. Att drycken produceras på ett hållbart sätt är också viktigt för konsumenten, t.ex. jobbar vi med att minska vår vattenförbrukning och producerar med grön el. Läs gärna mer i vår hållbarhetsredovisning."*

Coca-Cola tror att drycker med hälsoprofil är här för att stanna och därtill att det är en dryckeskategori som växer både i Sverige och internationellt. Gällande nästkommande trend tror de att: *"Hälsa, naturlighet och hållbarhet kommer att fortsätta. Att dryck också kan signalera livsstil och tillföra livet en liten guldkant tror vi också är viktigt framåt."* Vitamin Well tror att kommande trend är drycker med lägre sockermängd än läsk och drycker som har olika funktioner, ett diversifierat utbud med många olika nya typer av drycker.

Enligt Coca-Cola tar drycker med hälsoprofil både marknad från andra kategorier av drycker men de utökar också marknaden i och med att de tillgodoser nya konsumentbehov. Angående försäljningsställen, både i vilken butik och plats i butiken, arbetar de förstås för att finnas där konsumenterna finns, med rätt erbjudande och pris. Vitamin Well säger sig ta marknad från både läsk och still drinks (MER och Festis).

På frågan om de ser problem eller möjligheter med den nya lagen gällande hälsopåståenden svarar Coca-Cola att de strävar efter att alltid följa de föreskrifter och förordningar som finns gällande märkning. När det kommer till närings- och hälsopåståenden är det svårare eftersom det är nytt för både företag och marknaden samt att de vill och hoppas att de gör rätt för sig. Vitamin Well svarar på samma fråga *"För oss är det bara positivt att det blir en tydlighet i vad som gäller. Att det även blir harmoniserat inom hela EU ser vi som något mycket positivt."*

5. Sammanfattande diskussion

Vi befinner oss i dagsläget i ett slags ingenmansland när gamla regler och lagar gällande närings- och hälsopåståenden håller på att ersättas med nya gemensamma för hela EU. De tidigare nationella reglerna från livsmedelsbranschens egenåtgärdsprogram får inte längre användas men de nya är ännu inte fullständiga. Vilka näringspåståenden som är godkända för användning är fastsällt, men majoriteten av hälsopåståendena har det inte beslutats om än. För båda dessa typer av påståenden måste näringsprofiler uppfyllas av produkten för att påståendena ska få användas i märkningen. Men eftersom dessa näringsprofiler ännu inte är fastställda resulterar det i gråzoner där det kan vara svårt att veta vad som gäller.

Vissa företag verkar passa på att använda påståenden på sina produkter utan att ta reda på om de egentligen är tillåtna att använda eftersom det ändå fortfarande är rätt svårt att peka på vad som gäller. Samtidigt vågar andra knappt påstå någonting på sina produkter. Detta kan vara orsaken bakom att otydliga budskap och ord utan klar betydelse så som "fullproppad", "laddad med", "för skärpa" och "ladda om", syns i märkningen. Företagen vill ju förstås locka kunder att köpa sina produkter för att sälja så mycket som möjligt. Märkningen ska fortfarande vara tydlig och lätt att förstå därför bör dessa ord och budskap bytas ut mot tydligare sådana. Uttryckligen ska märkningen förstås av den skäligen välinformerade genomsnittskonsumenten. Detta uttryck blir en tolkningsfråga och det kan vara svårt för företag att veta vad märkningen ska anpassas efter. Hur mycket vet egentligen en välinformerad människa och vad är en genomsnittskonsument. Alla människor har olika bakgrunder, exempelvis kulturella eller utbildnings- och erfarenhetsmässiga. Samtidigt är det svårt för kontrollmyndigheter att vid kontroll anmärka på märkningen eftersom de inte har tydlig lagstiftning att stödja sina argument på gällande tvivelaktig märkning med närings- och hälsopåståenden. Kontrollmyndigheter som kommuner och SLV inväntar rimligen ett fullständigt regelverk gällande närings- och hälsopåståenden innan de anser det givande att utföra kontroller. Troligtvis kommer mycket att reda ut sig självt när det slutligen svart på vitt står vad som är tillåtet och vad som inte är det.

Flest hälsopåståenden påträffades på vitamin- och mineralberikade dryckerna i studien och namnen på de olika smakerna skulle kunna anses vara underförstådda hälsopåståenden eftersom namnen antyder att drycken eller ingående näringsämnen har vissa egenskaper eller ger vissa hälsoeffekter. Många av hälsopåståendena på dryckerna som granskades är för ospecifika eller otydliga. För de flesta påträffade hälsopåståendena finns liknande, lite mer specificerade påståenden i EFSA's register of questions database för utvärdering. Företagen är således inte alls helt fel ute, utan hälsokopplingen för de flesta granskade hälsopåståendena i denna produktkategori kommer troligtvis att bli godkända för användning. Hälsopåståendenas relevans för användning har EFSA dock inte tagit hänsyn till. De flesta hälsopåståenden saknar troligen relevans eftersom befolkningen redan får i sig tillräckligt av de vitaminer och mineraler påståendena avser. Om EU-kommissionen inte heller väger in konsumentrelevansen utan enbart beslutar på vetenskapliga grunder i linje med EFSA:s utlåtanden kan det nog förväntas att större ansvar kommer läggas på företaget för ansvarsfull användning av dessa utan att vilseleda konsumenter. Detta kräver att företagen besitter kunskap inom nutritionskunskap bland annat, vilket kanske inte alltid finns. Detta skulle kunna avhjälpas om branschstödet i sådana fall bistår med information och rådgivning.

De hälsopåståenden som görs på Bravo Friscus, ProViva Active och ProViva Female gällande lactobaciller, har alla fått negativa utlåtanden och kommer inte att få fortsätta att användas som det ser ut i dag. Bättre karaktärisering av bakteriestammarna, utförligare definitioner av hälsoeffekten eller fler humanstudier på hälsoeffekten skulle möjligtvis kunna ändra på detta. Ett av hälsopåståendena har redan fått ett icke-godkännande. Även det påstående som görs om kostfibrer (Bonaqua Emotion Apple) har fått negativt utlåtande. Här finns fortfarande möjligheten att ett hälsopåstående på de specifika kostfibrerna, polydextros, i drycken kan få positivt utlåtande. På ProViva Active finns ett otillåtet ospecifikt hälsopåstående ”*med antioxidanter*” och ett svårbedömt näringspåstående ”*med extra protein*” som skulle kunna anses otillåtet men det skulle också kunna anses tillåtet (då bör det dock förtydligas).

Ingen av produkterna riktade till barn är märkt med hälsopåståenden. Drycken med namnet Fruit Shoot är dock intressant eftersom ordet shoot för oss svenskar lätt verkar förväxlas med shot. I butikshyllan finns flera olika shots med exempelvis lactobaciller och uttalade hälsoeffekter. Om drycken Fruit Shoot då ses eller uttalas som Fruit Shot är kopplingen till hälsa inte långt bort. Eftersom det är en engelsk produkt är detta troligtvis inte en bakomliggande tanke, men dess effekt blir ändå densamma. Märkningen ”*Inga artificiella sötningsmedel. Inga artificiella färgämnen eller smaktillsatser. Fruktjuice från koncentrat*” bedöms som vilseledande eftersom liknande produkter inte heller verkar innehålla artificiella sötningsmedel eller artificiella färgämnen.

Under studiens gång har många hälsopåståenden påträffats i EFSA:s databas som borde vara attraktivare att använda än vissa av dem som idag finns på dryckerna som granskades. När gemenskapsregistret fastställts kommer troligen många nya hälsopåståenden synas här i Sverige i och med att de blir tillgängliga att användas på ett helt annat sätt än tidigare. Samtidigt kommer troligen en del av de hälsopåståenden som idag är vanliga att försvinna på grund av att de inte godkänns.

Portionsstorlekarna på produkterna följer de föreskrifter som finns, området är dock ganska fritt för företagen själva att välja. Det är troligtvis inte ovanligt att hela flaskan konsumeras antingen på en gång eller under en dag så de portionsstorlekar (200-500 ml beroende på produkt) som företagen anger på flaskorna uppfattas alltså som rimlig. Dessa verkar därtill baseras på vad konsumenter själva anser vara en portion och vad de faktiskt konsumerar.

Eftersom dryckerna marknadsförs eller kan uppfattas som hälsosamma, eller som hälsosammare alternativ till andra produkter som läsk och still drinks, granskas också mängden tillsatt socker i produkterna. Utgångspunkten är den volym som behöver konsumeras för att uppfylla kravet på en betydande mängd, 15 % av RDI av de vitaminer och mineraler som närings- eller hälsopåståenden görs på. Är målet dock att bara titta på sockerinnehållet som sådant är hela flaskan som utgångspunkt troligtvis en bättre utgångspunkt. Men eftersom utgångspunkten är de hälsopåståenden som finns på dryckerna är den valda mängden i denna rapport ett bättre alternativ. Dryckerna ger ett betydande intag av socker och sockerinnehållet kan tyckas högt då hela flaskan förväntas konsumeras. Men om vitamin- och mineralberikade dryckerna nu konsumeras istället för läsk ger det ändå en positiv effekt på sockerintaget. Läsk och saft anses som ohälsosamma på grund av att sockerinnehållet i dem medför en hög energihalt men dålig mättnadskänsla. Om

dryckerna däremot konsumeras istället för vatten blir hälsoeffekten den motsatta. Speciellt om kosten i övrigt är balanserad och varierad då ett extra intag av vitaminer och mineraler generellt inte ens ska behövas, varför alla de potentiella positiva hälsoeffekterna med drycken uteblir.

Tanken med dryckerna verkar vara ett hälsosammare alternativ till läsk och inte att ge tillskott av vitaminer och mineraler till dagliga kosten i första hand. Syftet med att tillsätta alla dess vitaminer och mineraler kan då ifrågasättas. Att producenterna då märker produkterna med hälsopåståenden kan tyckas poänglöst, men det är troligen för att de helt enkelt kan och på så vis når en bredare konsumentgrupp och dessutom kanske gör produkten mer attraktiv för många konsumenter. Mängden tillsatt socker i ProViva-dryckerna som undersöktes var ännu högre än i vitamin- och mineralberikade dryckerna. För att ha en hälsosam profil rakt igenom skulle sockerinnehållet kunna dras ned på i dryckerna eller åtminstone skulle de kunna sötas genom att byta ut socker mot ökat fruktinnehåll om drycken nu behöver vara så söt som den är idag. Det finns ännu inga näringsprofiler fastställda för produkter som märks med närings- och hälsopåståenden, men den sockermängd som finns i de granskade dryckerna upplevs inte som förenlig med hälsopåståenden om de konsumeras i de mängder som avses. Ett högt sockerintag förknippas troligen allmänt mer med ohälsa än hälsa varför hälsoprofilen på drycken kan ifrågasättas.

Sockermängden i produkten Fruit Shoot riktade till barn är mycket hög i förhållande till den mängd tillsatt socker som rekommenderas att som mest intas under en dag. Det finns flera alternativ på produkter med mindre sockerinnehåll och dessutom mer fruktjuice. Vanlig juice innehåller ungefär samma mängd socker, visserligen naturligt från ingående ingredienser, men den innehåller också vitaminer och mineraler till skillnad från Fruit Shoot. Därtill har vi Bonaqua Emotion som marknadsför som smaksatt vatten samt Bonaqua Stilla Vatten och Glacéau Vitaminwater som faktiskt heter ”vatten”. Alla tre innehåller tillsatt socker vilket kan anses vilseledande. De bör kallas dryck istället för vatten.

På Glacéau Vitaminwater påträffades GDA-märkningen. Denna innebär bland annat ett annat sätt att se på sockerinnehållet i produkter. Man ser till den totala mängden, jämfört med SLV:s rekommendationer för begränsning av det dagliga intaget som i sin tur bara ser till den tillsatta mängden socker. Om man ska se till just sockerinnehållet i en produkt har GDA till sin fördel att det är lättare att se till hela sockerinnehållet än att hålla reda på vilket som är naturligt och vilket som är renframställt tillsatt socker. Som energikälla är naturligt och tillsatt socker likvärdiga. Här ger GDA en tydligare helhet och det är troligtvis lättare för konsumenter att göra hälsosamma val baserade på den totala mängden socker. När övrigt innehåll i produkten som näringsämnen som vitaminer och mineraler ska vägas in ger GDA dock lätt en vilseledande bild av produkten eftersom dessa inte tas hänsyn till i märkningen. Ska endast innehållet av socker eller fett i en produkt bedömas kan GDA vara ett bra verktyg som konsumenter lätt kan förstå och ta till sig.

Även utseendet på produkten spelar in i vår uppfattning om hur hälsosam produkten är. Detta kan belysas med en jämförelse av Vitamin Well och Glacéau Vitaminwater. De har liknande namn och smaker på sina drycker och utseendet på flaskan har gemensamma drag. Till exempel kan nämnas den transparenta plasten och att varje smak har en egen färg. En tydlig skillnad är dock att Glacéau Vitaminwater har

färgstarka drycker och etiketter medan Vitamin Well syns i mer diskreta och lugnare färger både vad gäller etikett och färg på dryck. Flaskan är också smalare och längre. Allt detta medför till att Vitamin Well ger en renare och mer hälsosam känsla. Även märkningen på flaskorna skiljer sig åt. Vitamin Well ger ett intryck av att vilja informera konsumenten om produktens innehåll och använder tydliga hälsopåståenden (även om de kanske inte är specifika nog och att de med texten *”Äter du en varierad kost med frukt och grönsaker kan du såklart dricka dem för den goda smakens skull”* troligtvis mest vill skydda sig själva. Glacéau Vitaminwater ger däremot ett helt annat intryck med oseriösa historier och lustiga namn på smaken, som exempelvis apelsin+apelsin. Hur kan det vara mer smak av apelsin än apelsin? Uttrycket blir nästan ironiskt när drycken inte innehåller ett uns apelsin utan smaken kommer enbart från aromer. Detta kunde ha varit rättfärdigat om texten *”med smak av”* hade föregått ordet apelsin. Nu kan uttrycket istället anses vilseledande.

Glacéau Vitaminwaters oseriösa texter med överdrivna historier ska tydligen vara någon form av humor. Men vid granskning av produktens märkning blir dessa texter allt annat än humoristiska när otydliga hälsoeffekter ska försöka benas ut ur texten. Texten gör troligen att konsumenten omedvetet uppfattar att produkten har positiva hälsoeffekter utan att det behöver skrivas ut. Varför inte de tydligt formulerade hälsopåståendena som finns på hemsidan skrivs på produkten är ett frågetecken. Coca-Cola kanske är osäkra på vad som egentligen får sägas och för att spara tid, pengar och energi väljer att inte märka produkten med dem. Det kan också vara så att de inväntar de ofärdiga delarna till EU-kommissionens förordning. Här måste poängteras att även de hälsopåståenden som finns på hemsidan ska följa de föreskrifter och förordningar som finns. Men påståendena blir betydligt mindre synliga på hemsidan och chans finns att kontrollen kanske bara omfattar produkterna i butiken, eftersom kontrollmyndigheterna har, som så många andra, begränsade resurser och vad som står på flaskan bör i så fall rimligtvis prioriteras framför informationen på hemsidan. Ytterligare en anledning kan också vara att Coca-Cola tror att hälsopåståendena på hemsidan inte skulle attrahera den tilltänkta konsumentgruppen som de nuvarande texterna på förpackningen gör. Alltså de oseriösa texterna kanske riktar sig till en viss typ av människor som tros ha en mindre hälsosam kost och som inte bryr sig om hälsopåståenden men som eventuellt kan anse sig ha behov av dessa berikade drycker.

Eftersom vitamin- och mineraldryckerna har en viss hälsoanda är det lite konstigt att nästan all smak kommer ifrån aromer. Att det dessutom på Glacéau Vitaminwater och Vitamino (i synnerhet) endast är namnet på smaken som skrivs ut, till exempel blåbär och rooibos eller apelsin+apelsin, utan att skriva *”smak av”* eller liknande, upplevs som oansvarsfullt. Just på grund av dryckernas koppling till hälsa är det troligt att konsumenter ändå förväntar sig att riktig frukt ska vara källan till smaken, särskilt som alla frukter naturligt innehåller vitaminer. Men generellt är nog konsumenter inte tillräckligt medvetna för att ens reflektera över det. Många konsumenter läser troligtvis inte innehållsförteckningen eller reflekterar över vad som står på förpackningen. De tar omedvetet till sig av budskapen på förpackningarna utan närmare eftertanke. Detta kan bero på ointresse men likväl okunskap. Det finns en risk att produkter inte håller vad märkningen lovar och många konsumenter skulle tjäna på att bli lite mer medvetna om, samt att vara lite mer kritiska i sitt tankesätt gentemot märkning av livsmedel för att undvika att bli vilseledda.

6. Slutsats

Denna studie pekar på att majoriteten av den hälsomärkning och de påståenden som finns på dryckerna idag följer de föreskrifter och förordningar som gäller. Två fall som inte följer reglerna påträffades i granskningen. Dessa är avbildningen av ett päron/äpple på Bonaqua Stilla Vatten samt märkningen av uttrycket ”antioxidant” på juicer. Även uttrycket ”superjuice” eller ”superfrukt” strider troligtvis mot Förordningen. Flera tveksamheter i märkningen påträffades. Ett exempel på ett svårbedömt näringspåstående i studien är uttrycket ”med extra protein” (ProViva Active). Det skulle kunna vara otillåtet men det skulle också kunna vara tillåtet om det förtydligas. Det finns också många otydliga uttryck eller ord som används i märkningen och dessa bör förtydligas för att minska risken att vara vilseledande och för att föreskrifter säger att märkningen av livsmedel ska vara tydlig och lätt att förstå. Dessutom ska hälsomärkning förenkla för konsumenten att göra medvetna och hälsosamma val och så ser inte riktigt dagens märkning ut.

Det finns många hälsopåståenden på de drycker med hälsoprofil som inkluderades i studien. Av dessa är många svåra att bedöma på grund av ännu ofärdiga delar i lagen. Detta är också troligen grunden till otydliga eller tveksamma påståenden. Det finns många gråzoner och det är svårt både för företag att göra rätt för sig vid märkning av sina produkter och för kontrollmyndigheter som ännu inte kan peka på exakt vad märkningen strider mot. Endast ett fåtal av dessa hälsopåståenden ser ut att inte bli godkända för användning medan merparten troligtvis kommer att få användas längre fram i tiden. Det finns dock flera hälsopåståenden i denna studie som inte går att uttala sig om. Det finns nämligen inte något att gå på förrän EFSA utvärderat dem eller liknande påståenden utifrån deras vetenskapligt grund och givit sitt utlåtande för dem. Viktigt att poängtera är att i denna rapport är bedömningen av påståendena på de granskade dryckerna baserad på EFSA:s utlåtanden och det är inte säkert att EU-kommissionens beslut går i linje med dessa. Det ger dock en god fingervisning om hur framtiden för dessa påståenden kan komma att se ut. När gemenskapsregistret trätt i kraft och företagen hunnit få chansen att anpassa sig till de regler som gäller, först då kan rätt användning av närings- och hälsopåståenden på dryckerna i butik och servicehandel egentligen förväntas. Eftersom hälsopåståenden då är tydligt reglerade och fria att användas så länge produkten uppfyller de krav som ställs i förordningen, är det mycket möjligt att andra hälsomärkningar minskar.

Med spänning kan vi vänta och se hur hälsomärkningen av produkter kommer förändras när de gemensamma reglerna gällande närings- och hälsopåståenden är fullständiga. Det kommer troligtvis att ske en liten fördröjning tills företag hunnit ta till sig de nya reglerna som gäller och gamla förpackningar fasats ut. Övergångstider för vissa hälsopåståenden är på flera år. Men ändock kommer troligtvis en förändring jämfört med hur det ser ut på dryckerna på marknaden idag att kunna skönjas rätt snart.

Referenser

Abrahamsson, L., Andersson, A., Becker, W. & Nilsson, G. (2006) *Näringslära för högskolan*. Femte uppl. Stockholm: Liber AB. ss. 261, 274, 402

Bodor, Peter. Marknadsdirektör, med kollegor. Coca-Cola AB, Haninge. Personligt meddelande, december 2010

Bryngelsson, Susanne. fil dr i Livsmedelsvetenskap, VD och redaktör för Nordisk Nutrition, Swedish Nutrition Foundation, Lund. Telefonsamtal december 2010

Coca-Cola. Hemsida. [online] (2010) Tillgänglig:

- a. http://www.cocacola.se/contentstore/cc/se_SV/pages/products/glaceau.html
[2010-12-12]
- b. http://www.cocacola.se/contentstore/cc/se_SV/pages/products/bonaqua_emotion.html
[2010-12-13]
- c. http://www.coca-cola.se/contentstore/cc/se_SV/pages/products/mer.html
[2010-12-12]
- d. http://www.cocacola.se/contentstore/cc/se_SV/pages/products/bonaqua_silver.html
[2010-12-13]

DiMaggio, D. & Mattes, R. (2000). Liquid versus solid carbohydrate: effects on food intake and body weight. *International Journal of Obesity* 24, 794-800

EFSA (European Food Safety Authority). [online] Hemsida. 2010. Tillgänglig: http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/claims/health_claims_en.htm
[2010-12-10]

EFSA's register of questions database [online] (2010). Parma: EFSA. Tillgänglig: <http://registerofquestions.efsa.europa.eu/roqFrontend/questionsList.jsf>

Ehrhardt, Christian, produktionsavdelningen, med kollegor, Vitamin Well, Stockholm. Personligt meddelande, december 2010

Europaparlamentet och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel. 2006, Bryssel.

Food: Commission reviews the progressive adoption of the list of permitted health claims, pressrelease, IP/10/1176, 2010-09-27, Bryssel

Fridholm, K. (2010) Funktionella drycker – stora möjligheter, stora svårigheter. *Svenska Livsmedel* nr 3 2010, 10-12.

Friggs. Hemsida. [online] 2010. Tillgänglig: <http://www.friggs.se/sv/VARA-PRODUKTER/Vitamino/> [2010-10-07]

Fruit Shoot. Hemsida. [online] Tillgänglig: <http://www.fruitshoot.se/> [2010-12-02]

Förslag till Europaparlamentets och rådets förordning om livsmedelsinformation till konsumenterna. Bryssel 1 december 2010. Interinstitutionellt ärende: 2008/0028 (COD) [online] Tillgänglig: http://www.slv.se/upload/dokument/nyheter/2010/16555-10_sv.pdf [2011-01-11]

Guidance on the implementation of regulation n° 1924/2006 on nutrition and health claims made on foods conclusions of the standing committee on the food chain and animal health, 2007

Kommissionens direktiv 2008/100/EG om ändring av rådets direktiv 90/496/EEG om näringsvärdesdeklaration för livsmedel när det gäller rekommenderat dagligt intag, omräkningsfaktorer för energivärde och definitioner, 2008

Kommissionens förordning (EU) nr 375/2010 av den 3 maj 2010 om icke-godkännande av ett hälsopåstående om livsmedel annat än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, 2010, Bryssel

Laser Reuterswärd, Anita. Nutritionist, Livsmedelsverket, Uppsala. Personligt meddelande, november 2010

Livsmedelsbranschen tar ökat ansvar för hälsobudskap. [online] (2010)
Livsmedelsföretagen. Pressrelease MyNewsdesk, 2010-12-01

Livsmedelsföretagens informationsplats för GDA. Hemsida. [online] (2010)
Tillgänglig:

- a. <http://www.gdainfo.se/home/konsumenter/vad-aer-gda/vad-aer-gda.aspx> [2010-12-05]
- b. <http://www.gdainfo.se/home/konsumenter/fraagor-och-svar/fraagor-och-svar.aspx> [2010-12-05]
- c. <http://www.gdainfo.se/home/konsumenter/gda-och-referensvaerden/gda-och-referensvaerden.aspx> [2010-12-05]
- d. <http://www.gdainfo.se/home/konsumenter/vad-aer-gda/vad-aer-en-portion.aspx> [2010-12-08]
- e. <http://www.gdainfo.se/home/konsumenter/gda-och-referensvaerden/socker.aspx> [2010-12-05]

Livsmedelsföretagens och Svensk Dagligvaruhandels Branschstöd för näringspåståenden och hälsopåståenden, november 2010

Livsmedelsföretagens och Svensk Dagligvaruhandels Branschstödet för näringspåståenden och hälsopåståenden. Hemsida. [online] Tillgänglig: <http://www.halsopastaenden.se/> [2010-12-08]

Livsmedelsverkets vägledning till kontrollmyndigheter m.fl. ”Näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel, Förordning (EG) nr 1924/2006”. (2009) Uppsala

Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2004:27) om märkning och presentation av livsmedel. 2004. Uppsala

Livsmedelsverkets föreskrifter om näringsvärdesdeklaration (SLVFS 1993:21). 2010

Livsmedelsverket. Hemsida. [online] (2010) Tillgänglig:

- a. <http://www.slv.se/sv/grupp2/Lagstiftning/> [2010-12-04]
- b. <http://www.slv.se/sv/Fragor--svar/Fragor-och-svar/Lagstiftning/Vilka-ar-skillnaderna-mellan-lagar-forordningar-och-andra-foreskrifter/> [2010-12-14]
- c. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Markning-av-mat/Sa-marks-maten/Vilseledande-markning/> [2010-12-04]
- d. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Markning-av-mat/Sa-marks-maten/Vilseledande-markning/Livsmedelsverket-om-GDA--markning/> [2010-12-03]
- e. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Markning-av-mat/Sa-marks-maten/Varans-naringsvarde/> [2010-12-04]
- f. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Svenska-narings-rekommendationer/> [2010-12-04]
- g. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Svenska-narings-rekommendationer/Kalorier-kilojoule-och-energi procent---hur-raknar-man/> [2010-11-30]
- h. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Vad-innehaller-maten/Kolhydrater/Sockerarter/> [2010-11-30]
- i. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Livsmedelsforetagens-samlade-forslag-till-halsopastaenden-ar-skickade-till-EU/> [2010-12-05]
- j. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Ny-tidplan-for-EUs-reglering-av-halsopastaenden-/> [2010-12-10]
- k. <http://www.slv.se/sv/grupp2/Livsmedelsforetag/Narings--och-halsopastaenden/> [2010-12-02]
- l. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Ytterligare-800-halsopastaenden-granskade-av-Efsa/> [2010-11-19]
- m. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/396-av-400-naringspastaenden-underkanda/> [2010-12-12]
- n. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Risker-med-mat/Vaxtgifter/Koffein/> [2010-12-05]
- o. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Svenska-narings-rekommendationer/Referensvarden-for-energiintag-hos-grupper/> [2010-11-30]

Livsmedelsverket. Hemsida. [online] (2011) Tillgänglig:

- a. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Om-oss/Verksamhet/> [2011-01-02]
- b. <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Nyckelhalet/> [2011-01-11]
- c. <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Ministerradet-overens-om-markningsregler/> [2011-01-11]

Löwnertz, Charlotte, Produktchef, Friggs, Stockholm. Telefonsamtal, december 2010.

Moorhead, S., Welch, R., Barbara, M., Livingstone, E. McCourt, M., Burns, A. & Dunne, A. (2006). The effects of the fibre content and physical structure of carrots on satiety and subsequent intakes when eaten as part of a mixed meal. *British Journal of Nutrition* 96, 587–595

Svenska näringsrekommendationer, Rekommendationer om näring och fysisk aktivitet, *Fjärde upplagan*. 2005

Sveriges Konsumenter. Hemsida. [online] Tillgänglig:
<http://www.sverigeskonsumenter.com/Mat/Fakta-/GDA1/Vara-asikter-om-GDA/>,
[2010-12-12]

Swedish Nutrition Foundation. Hemsida. [online] 2010. Tillgänglig:
a. http://www.snf.ideon.se/snf/hp_ff/egprog_utv.htm, avläst 2010-12-14
b. http://www.snf.ideon.se/snf/EGforordning/EFSA_art13_BATCH1och2_SNF.pdf, avläst 2010-12-12

Swedish Nutrition Foundation. 2007. Pressmeddelande; Ny europeisk lag om hälsopåståenden träder i kraft den 19 januari 2007. Lund

Swedish Nutrition Foundations Översiktstabell - Efsas artikel 13.1-utlåtanden från den 5 mars 2010. [online] Tillgänglig:
http://www.snf.ideon.se/snf/EGforordning/EFSA_art13_BATCH1och2_SNF.pdf
[2010-12-05]

Tre stora vattennyheter från Bonaqua – Nya funktionella Bonaqua Emotion, Bonaqua Silver på Tetra och vatten från nya lokala källan i Södermanland från Coca-Cola, pressmeddelande CisionWire 2009-03-30. Stockholm

Wikström, L. (2010) Drycken del av en hälsosam livsstil, *Svenska Livsmedel* nr 3 2010, 13.

Vitamin Well. Hemsida. [online] (2010). Tillgänglig:
<http://www.vitaminwell.se/sv/produkter.aspx> [2010-12-15]

Vägledning till Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2004:27) om märkning och presentation av livsmedel. (2008) Uppsala

Bilaga

Tabell 3. RDI-värden för märkning av livsmedel som uppdaterats och är relevanta för detta arbete (Livsmedelsverkets föreskrifter om näringsvärdesdeklaration (SLVFS 1993:21))

Vitamin/mineral	Nya RDI-värden	Gamla RDI-värden (giltiga till 2012-10-31)
Vitamin E	12 mg	10 mg
Vitamin C	80 mg	60 mg
Tiamin	1,1 mg	1,4 mg
Niacin	16 mg	18 mg
Vitamin B6	1,4 mg	2 mg
Vitamin B12	2,5 mg	1 mg
Biotin	50 µg	0,15 µg
Kalium	2000mg	-
Magnesium	375 mg	300 mg
Zink	10 mg	15 mg
Koppar	1 mg	-
Mangan	2 mg	-
Selen	55 mg	-

- betyder att RDI-värde inte funnits tidigare

Tabell 4. Energiintag för stillasittande och aktiva kvinnor och män, samt 10 E %. Tabellen är baserad på värden från SLV (2010o)

Stillasittande					Aktiv		
Kön	ålder	MJ/dag	kcal/dag	10 E % (kcal)	MJ/dag	kcal/dag	10 E % (kcal)
Kvinna	18-30	9,4	2256	225,6	10,7	2568	256,8
	31-60	9,2	2208	220,8	10,4	2496	249,6
	61-74	8,5	2040	204	9,5	2280	228
	75-	8,2	1968	196,8	9,3	2232	223,2
Man	18-30	12,3	2952	295,2	13,8	3312	331,2
	31-60	11,8	2832	283,2	13,3	3192	319,2
	61-74	10,6	2544	254,4	12,0	2880	288
	75-	9,6	2304	230,4	10,8	2592	259,2

1 MJ = 240 kcal

Kort om sockerarter (SLV 2010h)

Glukos – andra namn som används är dextros och druvsocker, finns i fri form i många livsmedel

Fruktos – kallas också fruktos, förekommer i fri form i många livsmedel, främst i frukt.

Sackaros – är uppbyggt av glukos och fruktos. Vanligt socker består av sackaros. Det har inget innehåll av näringsämnen utan ger enbart energi.

Tabell 5. Visar mängden (i gram och av RDI) av de vitaminer och mineraler som lyfts fram i märkningen.

Dryck	Namn	Mängd av framlyfta ingredienser per 100 ml, RDI inom parantes	Mängd dryck som ger 15 % av RDI framhävda vitaminer/mineraler	Kommentar
Glacéau Vitaminwater (500 ml)	Power-c	Vitamin C 24 mg (40%) niacin 0,9 mg (5%) vitamin B6 0,1 mg (5%) vitamin B12 0,05 µg (5%) pantotensyra 0,3 mg (5%)	300 ml	Innehåller många B-vitaminer men som ej framlyfta i märkningen (/100ml): niacin 0,9 mg (5%), vitamin B6 0,1 mg (5%), folsyra 10 µg (5%), vitamin B12 0,05 µg (5%), pantotensyra 0,3 mg (5%),
	Essential	vitamin C 24 mg (40%) kalcium 24mg (3%)	500 ml	
	Ignite	niacin 1,8 mg (10%) pantotensyra 0,6 mg (10%) vitamin B6 0,2 mg (10%) vitamin B12 0,1 µg (10%)	150 ml	
	Multi-v	vitamin E 0,5 mg (7%) vitamin C 12 mg (20%) niacin 0,9 mg (5%) vitamin B6 0,1 mg (5%) vitamin B12 0,05 µg (5%) pantotensyra 0,3 mg (5%) zink 0,75 mg (5%) folsyra 10 µg (5%)	300 ml	* RDI ej angivet på förpackningen, värdet taget från tabell 4.
	Restore	niacin 1,8 mg (10%) vitamin B6 0,2 mg (10%) vitamin B12 0,1 µg (10%) pantotensyra 0,6 mg (10%) kalium 80 mg (4%*)	375 ml	
	D-fence	vitamin C 12 mg (20%) zink 0,75 mg (5%)	300 ml	
Vitamin Well (500 ml)	Defence	zink 1 mg (7%) vitamin C 12 mg (20%) vitamin E 0,6 mg (6%)	250 ml	Innehåller många B-vitaminer men som ej framlyfta i märkningen (/100ml): niacin 0,9 mg (5%), vitamin B12 0,05 µg (5%), pantotensyra 0,3 mg (5%)
	Care	vitamin B12 0,10 µg (10%) biotin 30 µg (20%) zink 1 mg (7%) vitamin C 12 mg (20%) vitamin E 0,6 mg (6%)	250 ml	
	Everyday	vitamin B3 1,5 mg (8%) vitamin B5 0,36 mg (6%) vitamin B12 0,1 µg (10%) vitamin C 12 mg (20%) vitamin E 0,6 mg (6%) folsyra 40 µg (20%) biotin 9 µg (6%) magnesium 18 mg (6%) zink 0,9 mg (6%)	250 ml	

Vitamino (500 ml)	Focus	vitamin C 12 mg (20%) vitamin B3 1,08 mg (6%) vitamin B5 0,36 mg (6%) vitamin B12 0,1 µg (10%) magnesium 18 mg (6%)	250 ml	* Värdet beräknat från tabell 4.
	Reload	vitamin C 12 mg (20%) vitamin D 1 µg (20%) magnesium 18 mg (6%) zink 0,9 mg (6%) selen 5 µg (9%*)	250 ml	
	Antioxidant	vitamin C 16 mg (20%) vitamin E 2,4 mg (20%) zink 1 mg (10%) selen 11 µg (20%) mangan 0,16 mg (8%) koppar 80 µg (8%)	200 ml	
	Beauty (ändras till Looks)	Niacin 2,4 mg (15%) Pantotensyra 0,9 mg (15%) Vitamin B6 0,2 mg (15%) Folsyra 30 µg (15%) Biotin 7,5 µg (15%) Vitamin B12 0,38 µg (15%)	100 ml	
	Guard	Vitamin C 16 mg (20%) Zink 1,5 mg (15%)	100 ml	
	Vital	Tiamin 0,17 mg (15%) Pantotensyra 0,9 mg (15%) Magnesium 56 mg (15%)	100 ml	
Bonaqua Emotion (500 ml)	Persika & Aloe Vera	vitamin E 0,5 mg (5% RDI)	300 ml	En flaska (500 ml) ger 6 g kostfiber, ca 20%
	äpple	Kostfiber 1,2 mg	-	

I denna serie publiceras större enskilda arbeten (motsvarande 15-30 hp vid Institutionen för Livsmedelsvetenskap, Sveriges lantbruksuniversitet).